

令和8年度 一般介護予防教室一覧表

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
使って貯めよう！ 筋メダル講座 (1コース)	5月12日 火	9:30～11:00	ミューカル がくと館	4月1日 ～4月23日
	5月19日 火	9:30～11:00		
	5月26日 火	9:30～11:00		
	6月2日 火	9:30～11:00		
	6月9日 火	9:30～11:00		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
いきいきシニアライフ 大作戦 (1コース)	5月15日 金	9:30～11:00	総合福祉センター	4月1日 ～4月23日
	5月22日 金	9:30～11:00		
	5月29日 金	9:30～11:00		
	6月5日 金	9:30～11:00		
	6月12日 金	9:30～11:00		
	6月19日 金	9:30～11:00		
	6月26日 金	9:30～11:00		
	7月3日 金	9:30～11:00		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
聞こえと物忘れの教室	6月18日 木	9:30～11:00	総合福祉センター	5月1日 ～5月29日
	6月25日 木	9:30～11:00		
	7月2日 木	9:30～11:00		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
シニアのための 栄養とお口の講座 (1コース)	7月9日 木	10:00～11:30	中央公民館	6月1日 ～6月26日
	7月15日 水	10:00～12:00		
	7月22日 水	10:00～11:30		
	7月29日 水	10:00～11:30		

令和8年度 一般介護予防教室一覧表

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
介護予防ボランティア 育成講座	7月31日 金	14:00～15:30	ミューカル がくと館	7月1日 ～7月23日
	8月7日 金	14:00～15:30		
	8月20日 木	14:00～15:30		
	8月27日 木	14:00～15:30		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
筋メダル講座 (2コース)	8月18日 火	10:00～11:30	青少年会館	7月1日 ～7月31日
	8月25日 火	10:00～11:30		
	9月1日 火	10:00～11:30		
	9月8日 火	10:00～11:30		
	9月15日 火	10:00～11:30		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
筋メダル講座 (3コース)	10月1日 木	9:30～11:00	ミューカル がくと館	9月1日 ～9月14日
	10月8日 木	9:30～11:00		
	10月15日 木	9:30～11:00		
	10月22日 木	9:30～11:00		
	10月30日 金	9:30～11:00		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
いきいきシニアライフ 大作戦 (2コース)	10月6日 火	9:30～11:00	ミューカル がくと館	9月1日 ～9月14日
	10月14日 水	9:30～11:00		
	10月20日 火	9:30～11:00		
	10月27日 火	9:30～11:00		
	11月4日 水	9:30～11:00		
	11月10日 火	9:30～11:00		
	11月17日 火	9:30～11:00		
	11月25日 水	9:30～11:00		

令和8年度 一般介護予防教室一覧表

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
筋メダル講座 (4コース)	11月6日 金	9:30～11:00	ミュージカル がくと館	10月1日 ～10月19日
	11月13日 金	9:30～11:00		
	11月20日 金	9:30～11:00		
	11月27日 金	9:30～11:00		
	12月4日 金	9:30～11:00		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
いきいきシニアライフ 大作戦(3コース)	1月12日 火	10:00～11:30	中央公民館	12月1日 ～12月21日
	1月19日 火	10:00～11:30		
	1月26日 火	10:00～11:30		
	2月2日 火	10:00～11:30		
	2月9日 火	10:00～11:30		
	2月16日 火	10:00～11:30		
	2月25日 木	10:00～11:30		
	3月4日 木	10:00～11:30		

教室名	開催日	時間	場所	申し込み期間
シニアのための 栄養とお口の講座 (2コース)	1月21日 木	10:00～11:30	中央公民館	12月1日 ～12月21日
	1月28日 木	10:00～12:00		
	2月3日 水	10:00～11:30		
	2月10日 水	10:00～11:30		

