

令和6年度後期(11月~2月)
介護予防教室参加者追加募集



対 象 者	通所型の介護サービスを利用していない65歳以上の稲敷市民の方
申 込 方 法	いこいのプラザに電話で申込 (受付時間:平日 9:00~17:00)
選考について	○申込人数が募集定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。 ○教室決定の通知は11月初旬に発送予定です。

教室内容	教室名	はつらつ健 ^{けんこう} 口教室	講 師	管理栄養士・歯科衛生士
	会 場	いこいのプラザ	募集人数	8名
	実施日	金曜 10:00~11:30(90分) 全7回(11/15・11/29・12/6・12/20・1/17・1/31・2/21)	※2/21(金)は10:00~14:00	
	概 要	飲み込む力の衰えや栄養の偏りの改善を図るための講話や実習を中心としたプログラムです。最終日に調理実習も予定しています。 参加をおすすめしたい方☞普段の食事の栄養バランスが気になる方や最近「固いものが食べにくい」「おせやすい」「口が乾きやすい」という実感がある方など		

教室利用料

1回100円



自宅・会場間のタクシー送迎について

会場まで自力で来場が難しい方には大型のタクシーで送迎も行っております。

(おひとりで介助なく車両に乗降出来る方のみ)

(有料) ●片道100円 ●往復200円

申込期限

令和6年10月25日(金)

お問い合わせ先・申込先

稲敷市いこいのプラザ

〒300-1423

稲敷市太田1002

電話:0297-63-1004



稲敷市いこいのプラザでは介護予防教室を開催することで、市民の方が介護を要する状態になることを防ぐとともに、自立した生活を長く維持できることを目指しております。