

自分らしい人生を
全うするために

生き方と逝き方の未来設計塾

現実と向き合いながら、これからも住み慣れた家、地域で生活するために今できることは何かを考えてみませんか。

第6回

日時 10月27日 火曜日 13時30分～15時30分

会場 日和佐公民館 3階 大集会室

申込メ切
10月20日
火曜日

「お口の話 よく噛み、ごっくん、食べるコツ」

講師 四国歯科衛生士学院専門学校

歯科衛生士 船奥律子先生



10月 地域包括支援センター行事

日	場所	内容	時間
1日(木)	由岐公民館	いきいき体操	13:00～15:00
2日(金)	日和佐公民館	ノルディック・ウォーク	14:00～16:00
5日(月)	由岐公民館 デイサービス竜宮	太極拳 脳若返り教室	9:00～ 14:00～15:00
6日(火)	日和佐公民館 木岐公民館	ストレッチ教室 手芸講座	10:30～11:30 13:30～15:30
7日(水)	山河内公民館	総合相談	10:00～12:00
8日(木)	由岐公民館 日和佐公民館	ノルディック・ウォーク 手芸講座	9:30～11:30 13:30～15:30
9日(金)	日和佐公民館 阿部公民館	太極拳 総合相談	9:00～ 13:30～15:30
13日(火)	日和佐公民館 由岐公民館	ストレッチ教室 リフレッシュ体操	10:30～11:30 13:00～15:00
14日(水)	赤松基幹集落センター	総合相談	13:30～15:30
15日(木)	日和佐公民館	いきいき体操	13:00～15:00
19日(月)	由岐公民館	太極拳	9:00～
20日(火)	日和佐公民館 志和岐公民館	ストレッチ教室 総合相談	10:30～11:30 13:30～15:30
22日(木)	日和佐公民館	リハビリ体操	13:00～15:00
23日(金)	木岐公民館	総合相談	13:30～15:30
27日(火)	日和佐公民館	生き方と逝き方の未来設計塾	13:30～15:30
30日(金)	日和佐公民館	太極拳	9:00～

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、開催を延期または中止する場合があります。

【お問い合わせ先】 地域包括支援センター ☎77-1171