



すこやか倶楽部は、札幌市から委託を受けた介護予防センターが行なう『介護予防事業』です。伏古・本町・東苗穂（一部地区）地区にお住まいの65歳以上で、介護保険サービスを利用していない方であればどなたでも参加いただけます。楽しい時間を過ごしたい方・出掛ける機会を持ちたい方、お気軽にご参加下さい。
※参加費の書いていない内容は、無料となっております

11月 すこやか倶楽部・転倒予防教室のご案内

会場	日時：時間	内容
特別養護老人ホーム 藤苑 伏古7条3丁目	11月12日(土) 14:00~15:30	『お口の健康について』 お口の健康について学びませんか？
	11月26日(土) 14:00~15:30	『エアロビクス』 音楽に合わせて身体を動かしませんか？（※上靴必要です）
苗穂神社 社務所 本町2条3丁目	11月1日(火) 10:00~11:30	『ブローチ作り』 新聞紙でブローチ作ります！ 参加費100円
	11月15日(火) 10:00~11:30	『お口の健康について』 お口の健康について学びませんか？
東苗穂道営住宅 集会所 東苗穂1条2丁目	11月24日(木) 10:30~11:30	『音楽の時間』 音楽療法士による歌謡曲を交えながらの楽しい時間
	11月24日(木) 13:30~15:00	『お口の健康について』 お口の健康について学びませんか？
ふしこ地区センター (1階 娯楽室) 伏古11条3丁目	11月15日(火) 14:00~15:30	『お口の健康について』 お口の健康について学びませんか？
伏古本町 まちづくりセンター 伏古3条3丁目	11月1日(火)	『転倒予防教室』 →会場：伏古記念会館
	11月9日(水)	→会場：伏古本町まちづくりセンター
	11月15日(火) 10:00~11:30	→会場：伏古記念会館 ※詳細は裏面参照！！

お問い合わせ

札幌市東区介護予防センター伏古本町
東区伏古7条3丁目1-33（特別養護老人ホーム藤苑内）
電話番号 781-1100（担当：豊嶋・岸）

ブログ更新中！！

介護予防センター伏古本町

検索



タマネギ通信

札幌市東区介護予防センター伏古本町

— 編集・発行 —

札幌市東区伏古7条3丁目1-33

社会福祉法人 伏古福祉会内

電話 011(781)1100

責任者 岸田 喜幸

11月のみ転倒予防教室の日程と会場が変わります!

11月の転倒予防教室は日程と会場が異なりますのでご注意ください!

- ・ 1日(火曜日) 10:00~11:30 伏古記念会館
- ・ 9日(水曜日) 10:00~11:30 伏古本町まちづくりセンター
- ・ 15日(火曜日) 10:00~11:30 伏古記念会館

伏古記念会館の住所は、伏古7条2丁目8-15



お間違いのないようご注意ください。