

介護予防教室のご案内

高齢者ができる限り要介護状態になることなく、いつまでも健康で生き生きとした生活が送れるように介護予防教室を開催します。



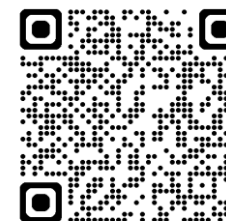
なごみん(岐阜市社協キャラクター)

●介護予防教室(各1回)

教室名	日にち	時間
①フラワーアレンジメントを楽しもう！	7月7日(火)	午前10時～11時30分
②椅子ヨガ～座ったまま心地よく体を伸ばしましょう！	7月22日(水)	午前9時30分～11時

お申し込みについて

- 対象 岐阜市内在住の65歳以上の方で、立ち座りや教室での移動がお一人で出来る方
- 場所 岐阜市民福祉活動センター2階 大会議室(都通2-2)
- 定員 各回20名 ※お申込多数の場合は抽選
- 参加費 ① 500円 ② 無料
- お申し込み締切 令和8年6月1日(月)～令和8年6月19日(金) 必着
- お申し込み方法
 - ・右記二次元コードの申し込みフォーム
 - ・往復はがきに右記の要領で記入して郵送
 - ・返信用はがきを、直接岐阜市民福祉活動センター2階事務所に持参いずれかの方法でお申し込みください。



●お問い合わせ先 岐阜市社会福祉協議会
企画係 TEL 255-5511