

参加費無料

令和7年度

草加市在宅福祉センターきくの里介護予防教室



高年者
向け

Happy コグ

ワクワクドキドキ するようなことをしてみませんか
なんと、フレイル予防になっちゃうんです！

楽しく**Happy**になれる 全4回の介護予防教室です



注目! 草加健康センターまでの往復送迎があります！
(定員10名)

9月12日(金)
音楽の時間

ピアノ演奏に合わせて
楽しく歌いましょう♪

9月26日(金)
笑いヨガ

「笑う」は認知症予
防にも効果的です

定員20名
13時30分～15時

会場
お問い合わせ
お申込み
(8/4の10時～)
は…

～Happyな講座の内容～

10月3日(金)
パステルアート

3色のパステルを使う
だけ！初心者でも素
敵な作品が
できます



10月17日(金)
栄養講座

「美味しい」講座に
なるかも？

社会福祉法人
草加市
社会福祉事業団
草加市
在宅福祉センター
きくの里

048(929)3611

事業団HP



facebook



きくの里HP

