

介護予防教室(お達者教室)の開催について

○開催日程・場所

全14回(1回あたり90～120分)

担当地区	在宅介護支援センター	電話番号	開催場所	開催時期
大宮中学校地区 (若林・小野・三美地区を除く)	在宅介護支援センター おおみや	58-8021	総合保健福祉センター (かがやき)	8月22日(木)～ 11月28日(木)
旧大宮第一中学校区 (若林・小野・三美地区を含む)	在宅介護支援センター よつば	55-8850	大宮公民館塩田分館	9月17日(火)～ 12月17日(火)
大宮第二中学校区	在宅介護支援センター ドルフィン	53-1191	大宮公民館上野分館	8月19日(月)～ 12月16日(月)
山方中学校区	在宅介護支援センター やまがた	58-5002	山方農林漁家高齢者センター 北部地域包括支援センター	7月 3日(水)～ 12月17日(火)
旧美和中学校区	在宅介護支援センター みわ	58-3882	美和総合福祉センター	8月22日(木)～ 12月19日(木)
旧緒川中学校区	在宅介護支援センター おがわ	56-2481	緒川老人福祉センター 「やすらぎ荘」	9月12日(木)～ 12月12日(木)
旧御前山中学校区	在宅介護支援センター ごぜんやま	55-3620	御前山市民センター 御前山保健福祉センター	7月12日(金)～ 12月20日(金)

○内容

- ①体の機能を維持・向上するための運動
- ②食べたり、飲み込んだりする機能や口の中を清潔に保つための口腔ケアの紹介
- ③低栄養状態の予防、バランスよく栄養をとるための食事の仕方の紹介

○対象者

市内の65歳以上の方

○参加費

無料

○申込方法

お住いの地域を担当する在宅介護支援センターへ
お申し込みください。



広報常陸大宮・ホームページ 掲載広告募集中!

【広報紙】半枠(45mm×85mm)、全枠(45mm×175mm)

【ホームページ】バナー広告

* 詳しくはホームページをご覧ください。本庁秘書
広聴課(☎52-1111 内線312)までお問い合わせ
ください。

URL <http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/>

こちらの QR コードからどうぞ

常陸大宮市



Twitter 常陸大宮市
@hitachiomiya HITACHIOMIYA

