

まちかど保健室

交流スペース

相談スペース

健康管理

コグニサイズ教室

脳の若返り教室

いきいき百歳体操など



教室の予定 (市内に住む 65 歳以上の方が対象※カフェわっか除く)

	月	火	水	木	金
午前		※申込者のみ いきいき百歳体操 ① 10:30～11:15 ② 11:30～12:15		※申込者のみ 脳の若返り教室 9:45～10:35	歌声サロンひまわり 【第 1 金曜日】 10:30～12:00 (※第 1 金曜日) ※申込者のみ ハッピーコグニサイズ 【第 2・4 金曜日】 10:00～11:30
午後		※申込者のみ いきいき百歳体操 ③ 13:15～14:00 ④ 14:15～15:00	カフェ わっか 【第 2 水曜日】 13:00～14:30 (※第 2 水曜日) ※申込者のみ コグニサイズ教室 【第 1・3 水曜日】 13:30～15:00		歌声サロンひまわり 【第 3 金曜日】 13:30～15:00

※いきいき百歳体操、コグニサイズ教室、脳の若返り教室は生駒市役所地域包括ケア推進課までお申し込みください。

〒630-0134 生駒市あすか野北 2 丁目 12-13 あすか野介護予防拠点施設 1 階

(あすか野団地のバス停ロータリー前の建物です)

開所時間 月～金(土日祝除く) 10:00～15:00 ※臨時休館の場合もあります

電話番号: 71-3373 (繋がらない場合は生駒市地域包括ケア推進課: 74-1111 まで)