

# 令和8年度 上久原地域デイサービス

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
2日 社協	7日 健科研	4日 レイク	2日	6日 健科研	3日	1日 社協	5日 レイク	3日 音楽	7日 健科研	4日 社協	4日 音楽
16日 (体力測定)	21日 音楽	18日 青洲会	16日 社協	20日 音楽	17日 青洲会	15日 (体力測定)	19日 健科研	17日 青洲会	21日	18日 青洲会	18日

第1・3木曜日

時間：10時～11時30分

場所：上久原公民館

利用料：なし

【講師】

青洲会 青洲会病院 リハビリ専門職  
 健科研 健康科学研究所 健康運動指導士  
 レイク レイクウッド久山 介護支援専門員  
 社協 久山町社会福祉協議会  
 音楽 フカノ楽器店 介護予防音楽療育指導士

動きやすい服装でお越しください。

◎持ってくるもの：飲み物、ハンカチ又はタオル

## 《 参加にあたり守っていただくこと 》

- 1、開始時間に合わせて会場に来ること(早くても15分前)
- 2、参加前に自宅で検温し、発熱や体調不良時は参加を控えること
- 3、準備や片付けは参加者とサポーターが一緒に行うこと

※天候等により、中止となる場合があります。

※お休みの際は地域包括支援センターまで連絡をお願い致します。



継続的に参加することが介護予防、認知症予防につながります。

☆連絡先☆

久山町地域包括支援センター

電話番号:976-1111