

令和7年度 発寒地区すこやか倶楽部 各会場年間予定表



	ほのぼの宮の沢	三和荘	福祉会館	パシフィック宮の沢	アンソレイユ発寒	川治会館
開催日時 会場住所	第1水曜日 9:30~11:00 西区発寒6条9丁目1	第2月曜日 10:00~12:00 発寒7条9丁目4-47	第2水曜日 10:00~12:00 西区発寒5条3丁目12-20	第3火曜日 10:00~12:00 西区発寒6条12丁目6-28 MS管理棟内集会室	第3水曜日 10:30~11:30 西区発寒7条11丁目2番12号	第4木曜日 10:00~11:30 西区発寒1条3丁目16-5
4月	2日 転倒予防教室 体力測定	14日 転倒予防教室 体力測定	9日 転倒予防教室 体力測定	15日 転倒予防教室 体力測定	16日 転倒予防教室 体力測定	24日 屋外活動 雨天は通常通り
5月	7日 介護予防教室	12日 屋外活動 雨天は通常通り	14日 屋外活動 雨天は通常通り	20日 スマホ教室	21日 介護予防教室	22日 転倒予防教室 体力測定
6月	4日 夏の健康管理	9日 夏の健康管理	11日 夏の健康管理	17日 屋外活動 雨天は通常通り	18日 夏の健康管理	26日 夏の健康管理
7月	2日 介護予防教室	14日 オーラル フレイルについて	9日 オーラル フレイルについて	15日 夏の健康管理	16日 介護予防教室	24日 オーラル フレイルについて
8月	6日 介護予防教室	お休み	お休み	19日 介護予防教室	20日 介護予防教室	28日 介護予防教室
9月	3日 介護予防教室	8日 栄養士講話	10日 栄養士講話	16日 栄養士講話	17日 フレイル予防	25日 栄養士講話
10月	1日 介護予防教室	お休み	8日 介護予防教室	21日 介護予防教室	15日 介護予防教室	23日 介護予防教室
11月	5日 介護予防教室	10日 介護予防教室	12日 介護予防教室	18日 スマホ教室	19日 介護予防教室	27日 介護予防教室
12月	3日 冬の健康管理について	8日 冬の健康管について	9日(火) 子育てサロン合同 (日程が変更しています)	16日 冬の健康管について	17日 冬の健康管について	25日 冬の健康管について
1月	7日 介護予防教室	お休み	14日 介護予防教室	20日 介護予防教室	21日 介護予防教室	22日 介護予防教室
2月	4日 介護予防教室	9日 介護予防教室	18日 介護予防教室	17日 介護予防教室	18日 介護予防教室	26日 介護予防教室
3月	4日 介護予防教室	9日 介護予防教室	18日 介護予防教室	17日 介護予防教室	18日 介護予防教室	26日 介護予防教室