

令和4年9月15日現在

2022年度(令和4年度)フレイル予防のためのみんなチャレ教室 日程表

★自身のスマートフォンで「アプリ」の使い方から始め、オンライン上の仲間と毎日コミュニケーションをとりながら、運動(歩く)などが楽しく続けられるように、2日間で学びます。



定員:各コース25人(抽選)

コース	第1回目	時間	第2回目	時間	会場	申込期間
1	6月17日(金)	13:45~16:00	6月24日(金)	14:00~15:00	南健康福祉センター 分室 (浦賀行政センター2階)	5/1~6/2
2	9月7日(水)	13:45~16:00	9月14日(水)	14:00~15:00	神奈川歯科大学 本部棟5階 大会議室	7/1~8/23
3	11月10日(木)	13:45~16:00	11月17日(木)	14:00~15:00	南健康福祉センター 分室 (浦賀行政センター2階)	9/1~10/26
4	令和5年2月14日(火)	13:45~16:00	令和5年2月21日(火)	14:00~15:00	総合福祉会館 5階 第2研修室	1/4~1/30

※お申込みはコールセンター(電話046-822-2500、FAX046-822-2539)かネット申込で。



担当:健康部 健康増進課 介護予防担当

TEL:046-822-8135

FAX:046-822-4302

※新型コロナウイルス感染症の今後の状況により、教室の変更、中止の可能性がありますことをご承知おきください。