

令和7年度 水巻町認知症予防教室 年間スケジュール

令和6年12月19日

- 曜日 毎週月曜日
- 時間 10:15~11:45
- 場所 水巻天然温泉「いちょうの湯」スポーツクラブEVERY

回	講話等	1クール目		2クール目		3クール目		4クール目	
		60歳~74歳		75歳以上		60歳~74歳		75歳以上	
1	開会式	4月	7	7月	7	10月	6	1月	5
2			14 認知症講話		14 認知症講話		13 体力測定		12 体力測定
3	体力測定		21 体力測定		21 体力測定		20 認知症講話		19 認知症講話
4			28		28		27 口腔講話		26
5		5月	12 口腔講話	8月	4 口腔講話	11月	3 (祝日)	2月	2 口腔講話
6	栄養講話		19 栄養講話		18 栄養講話		10 栄養講話		9 栄養講話
7			26		25		17		16
8		6月	2	9月	1	12月	24 (祝日)	3月	23
9			9		8		1		2
10			16		15 (祝日)		8		9
11	体力測定等		23		22		15		16
12	測定結果返し(個別) 閉会式		30		29		22		23

※ 運動前には、体調チェック、血圧測定を行う。

※ 日程が変更になる場合もあります。