令和8年度

白老町 介護予防サロン

みんなで 元気に楽しく 過ごしましょう!

体操やおしゃべりを通して、元気に楽しく過ごすことを目的としています。

内容

介護・認知症予防に関する体操、脳トレ、
レクゲーム、健康講話、茶話会など

料金

無料

詳細

毎月広報にてお知らせいたします。
日程の詳細は裏面をご覧ください。

対象

65歳以上の
白老町民の方

サロン名・曜日・時間	会場・問い合わせ先
脳いきいきサロン 毎週第2水曜日13:30～15:00	いきいき4･6(東町4丁目6-7) ☎：82-2200(医療法人社団 玄洋会) **※送迎はありません**
元気サロン 毎週第1木曜日13:30～15:00	北吉原ふれあいプラザ(北吉原200番地57) ☎：83-4240(社会福祉法人 優和会) **※送迎希望の場合は前日までに要予約**
どんぐりサロン 毎週第3土曜9:30～11:00	通所介護どんぐり(萩野310番地112) ☎：83-4240(社会福祉法人 優和会) **※送迎希望の場合は前日までに要予約**
すこやかサロン 毎週第2火曜日10:00～11:00	虎杖浜生活館(虎杖浜65番地1) ☎：87-6333(社会福祉法人 天寿会) **※送迎希望の場合は前日までに要予約**
社台サロン 毎週第2月曜日10:00～11:30	社台生活館(社台92番地1) ☎：080-1874-3624(NPO法人ｳﾃｶﾝﾊﾟ田村) **※送迎希望の場合は前日15時までに要予約**

介護予防サロン 日程表

※変更になる場合がありますので、毎月の広報をご確認ください。

	脳いきいき健康サロン	元気サロン	どんぐりサロン	すこやかサロン	社台サロン
4月	8日	2日	18日	14日	13日
5月	13日	7日	16日	12日	11日
6月	10日	4日	20日	9日	8日
7月	8日	2日	18日	14日	13日
8月	12日	6日	22日	12日	10日
9月	9日	3日	19日	8日	14日
10月	14日	5日	17日	13日	12日
11月	11日	5日	21日	10日	9日
12月	9日	3日	19日	8日	14日
1月	13日	7日	16日	12日	11日
2月	10日	4日	20日	9日	8日
3月	10日	4日	20日	9日	8日

おしゃべりで笑顔に！

仲間づくりで楽しく！

いつまでもいきいきと！

居住地域に関係なく、
どの会場でも参加できます。
お一人でもお気軽にどうぞ。