

令和6年度 清須市介護予防事業年間日程表

- 概ね65歳以上の方を対象とした事業です。
- 特に記載のない限り参加費は無料です。
- 日程は変更となることがありますので、毎月の広報等でご確認ください。
- 各種気象警報が発令された場合は事業を中止とすることがあります。



●ちょこいこ教室～ちょこっと運動いこまいか!!～

清須市内で行われている「いこまいか教室」の体験版です。
運動を始めてみたい方、いこまいか教室に興味がある方は、ぜひご参加ください。

【内 容】椅子に座っての軽運動
【持ち物】運動できる服装、タオル、飲み物

☎要申込

開催日	開催場所	時間	申込開始日
4月17日(水)	ヨシツヤ清洲店 ありがとうひろば	午前10時30分から12時	4月 1日(月)
5月15日(水)	にしびさわやかプラザ	午後2時から3時30分	4月15日(月)
7月17日(水)	ヨシツヤ清洲店 ありがとうひろば	午前10時30分から12時	6月17日(月)
10月23日(水)	にしび創造センター	午後2時から3時30分	9月24日(火)

※空きがあれば当日参加も可

●やろまいか教室

ストレッチなど体を動かすことを中心とした教室です。
1回のみ参加も可能です。

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、タオル、飲み物
【時 間】午後1時30分～2時30分

申込不要

会場	曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
西枇杷島会館	火曜日	9	7	4	休講			1	5	3	7	4	4	
		16	14	11		8	12	10	14	18	11			
		23	21	18		15	19	17	21	25	18			
		30	28	25		22	26	24	28		25			
						29								
アルコ清洲メインホール	金曜日	12	10	7	清洲市民センター	5	2	6	4	1	6	10	7	7
		19	17	14		12	9	20	18	15	13	17	14	14
		26	24	21		19	16	27	25	22	20	24	21	21
			31	28		26	23			29	27	31	28	28
							30							

※ ARCO 清洲改修のため、7月から会場を清洲市民センターに変更します。

●チャレンジ教室

☎新規申込期間 4月8日(月)から4月19日(金)まで

タブレット(アイパッド)を使い、会話を楽しみながら脳のトレーニングに取り組む教室です。
(タブレットを購入する必要はありません)

【持ち物】筆記用具、スマートフォン(お持ちの方のみ)
【定 員】30名(先着順) ※令和5年度受講していない方を優先

会場	開催日	時間	初回開催日
にしび創造センター	火曜日	午前10時から11時30分	5月 7日
春日老人福祉センター	水曜日	午後1時30分から3時	5月 8日
新川福祉センター	木曜日	午後1時30分から3時	5月 9日
清洲市民センター	金曜日	午後1時30分から3時	5月10日

●清須市民げんき大学

要申込

授業料3,000円

げんき大学に入学して介護予防に関する知識を広げ、運動を通じて日常的な健康づくりを進めます。

期間：令和6年6月6日（木）～令和7年3月6日（木）（全16回）

会場：愛知医療学院大学（清須市一場519番地）

定員：20名

申込期間：令和6年4月5日（金）～令和6年5月2日（木）

入学願書は、市役所等公共施設に設置もしくは愛知医療学院大学ホームページから入手しお申込みください。

もう一度「学生」に戻りませんか

●市民公開講座

要申込

講座名	①介護予防のための社会参加	②認知症サポーター養成講座	③アンチエイジングの医学
講師	愛知医療学院大学教員	認知症キャラバンメイト	愛知医療学院大学学長
日時	7月25日（木） 午前9時から10時30分 （受付時間は午前8時45分から）	9月19日（木） 午前10時から11時30分 （受付時間は午前9時45分から）	12月5日（木） 午前9時から10時30分 （受付時間は午前8時45分から）
申込開始	7月5日（金）から	8月5日（月）から	11月5日（火）から
定員	30名	30名	30名
会場	愛知医療学院大学	清須市役所南館3階大会議室	愛知医療学院大学

●つながろまいか教室

新規申込期間 4月5日（金）から4月19日（金）まで

お手持ちのスマートフォンやタブレットを活用し介護予防に取り組みましょう。

【対象】全ての講義に参加でき、スマホを所持しており、日頃LINEを利用している方

【内容】軽運動、LINEアプリ等のスマホ講座LINEミーティングを利用した講座

【会場】新川福祉センター

【定員】16名（応募多数の場合は抽選）

【回数】全24回（全日程参加できる方が優先です）

教室終了後は、通いの場に積極的に参加して下さる方



時間：午前9時30分から										
5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
13	10	1	5	9	7	11	2	6	3	3
27	24	8	19	30	21	25	9	20	17	17
		22					23			

●オンライン脳トレチャレンジ教室

自宅でLINEを使ったオンライン教室に参加していただけます。

【参加方法】右の二次元コードからご参加ください。



オンライン配信 時間：午前10時から11時											
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10	1	3	10	26	2	2	18	16	27	10	10
22	20	26	31	-	16	28	27	25	-	26	26

※Wi-Fi環境のない方は、新川福祉センターにあるオンライン通いの場をご利用ください。

●オンライン通いの場

「オンライン脳トレチャレンジ教室」等の利用の場として無料Wi-fiを利用していただくことができます。

【場所】新川福祉センター 1階

【時間】平日：午前9時から午後5時まで
（年末年始を除く）

●清須市介護予防事業 LINE 公式アカウント

清須市の介護予防事業に関する情報をお届けします。

右上の二次元コードからご参加ください
・講座のお知らせ・市内サロンの紹介など



お問合せ
お申込先

清須市役所 高齢福祉課 介護予防係（北館1階）
電話 052-400-2911（代表）