

# 令和8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。



## ●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。

【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分から2時30分

【申 込】不要 直接会場までお越しください。



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
アルコ 清洲	水曜日	8	13	3	1	休講	2	7	11	2	6	3	3
		15	20	10	8		9	14	18	9	13	10	10
		22	27	17	15		16	21	25	16	20	17	17
				24	22		30			23	27	24	24
					29								
にしび さわやか プラザ	金曜日	10	8	5	3	7	4	2	6	4	8	5	5
		17	15	12	10	21	11	9	13	11	15	19	12
		24	22	19	17	28	18	16	20	18	22	26	19
			29	26	24		25		27	25	29		

## ●チャレンジ教室

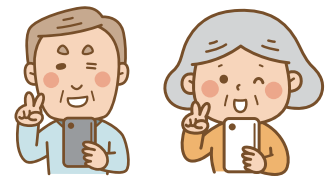
タブレット(アイパッド)を使い、会話を楽しみながら脳のトレーニングに取り組む教室です。

【期 間】令和8年5月から令和9年3月(全33回)

【持ち物】筆記用具、スマートフォン(お持ちの方のみ)

【定 員】各会場30名(先着順) ※過去に受講していない方を優先

【教材費】1,500円 【申 込】高齢福祉課まで



会場	開催日	時間	申込み開始
春日老人福祉センター	火曜日	午前10時から11時30分	4月 7日(火)から
にしび創造センター	水曜日	午後1時30分から3時	4月 9日(木)から
新川福祉センター	木曜日	午後1時30分から3時	4月 8日(水)から
清洲市民センター	金曜日	午後1時30分から3時	4月10日(金)から

## ●清須市民げんき大学

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8年5月28日(木)から令和9年3月4日(木)(全16回)

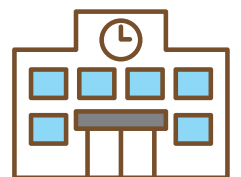
【会 場】愛知医療学院大学(清須市一場519番地)

【授業料】3,000円 【定 員】20名(応募多数の場合は抽選)

【申 込】入学願書を記入し、高齢福祉課の窓口へ持参または郵送等でお申し込みください。

(入学願書設置場所:市役所、各サービスセンター、愛知医療学院大学ホームページ)

※願書受付期間は4月6日(月)から5月1日(金)まで(必着)



## ●市民公開講座

	講座名	日時
1	高齢者が薬・健康食品と上手につきあうために	6月18日(木) 午後2時から4時
2	セカンドライフの充実を、図りませんか。 ～「いくよう」活用法～	7月2日(木) 午前10時から11時30分
3	余暇活動の持つ力 ～趣味・特技は健康への活力源～	10月29日(木) 午前9時から10時30分
4	転ばないための身体づくりと 転んでしまった後の運動と対処法について	11月17日(火) 午後2時から4時
5	認知症について学びましょう	12月10日(木) 午前9時から10時30分
6	認知症サポーター養成講座	令和9年1月21日(木) 午後1時30分から3時



※各回の定員は30名です。  
詳細は広報等でお知らせ  
します。

## ●つながろまいか教室

お手持ちのスマートフォンを活用し、介護予防に取り組みましょう。

【対象】スマホを所持しており、LINEを利用している方  
【会場】新川福祉センター  
【定員】各12名(先着順)

【内容】軽運動、LINEアプリ等のスマホ講座  
【時間】午前9時30分から10時30分  
【申込】高齢福祉課まで

コース	期間	開催日	申込み開始
基礎コース1	5月から6月まで(全6回)	月曜日	4月13日(月)から
基礎コース2	7月から8月まで(全6回)		

※基礎コース  
1と2は  
同じ内容です。



## ●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						午前10時配信開始					
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
22	27	24	22	12	30	28	4	23	6	24	24

※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。配信終了後も、ご覧いただけます。

## ●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4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



## ●いくよう

いくようは「お仕事」「ボランティア」「習い事」など、広く地域のみなさんの活動を紹介しています。「今日行くところ(きょういく)」「今日の用事(きょうよう)」を見つけて充実した毎を送りませんか?

右の二次元コードからご参加ください。



お問合せ  
お申込先

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