

# 楽しい介護予防マップ

発行：平成27年5月  
 地域包括支援センター関原  
 関原2-10-10  
 TEL 3889-1487  
 高齢者の総合相談窓口です

## 地域包括支援センター関原

脳の活性化

### スポーツスタッキング教室

毎月第1・3金曜日 13:30～15:00



### 長寿体操

毎月第4水曜日 13:30～15:00



## ラジオ体操 毎朝 6:30～

梅田通り公園 (7丁目)

梅田公園 (6丁目)

梅田南公園 (4丁目)

梅田中央公園 (3丁目)

関原中央公園 (関原)



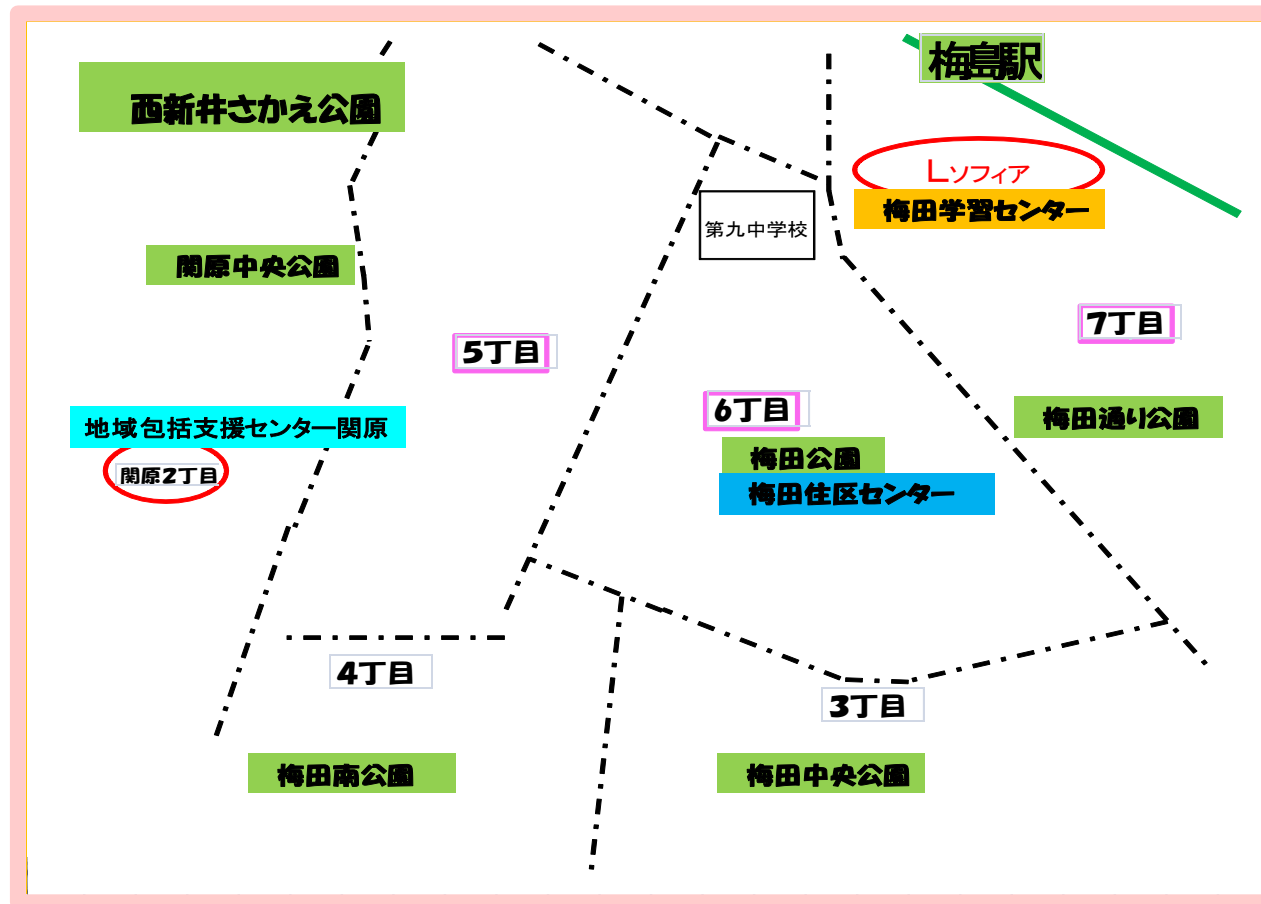
## 梅田地域学習センター

(Lソフィア内)

TEL 3880-5322



- ・スポーツスタッキングひろば  
第1・3土曜日 14:00～15:00
- ・介護予防らくらく教室 不定期
- ・元気いきいき体操(有料) 不定期
- ・囲碁サロン 毎月第2日曜日 14:00～
- ・将棋サロン 毎月第4日曜日 14:00～



## 西新井さかえ公園

「はつらつ教室」下記の内1つ

毎週火曜日

① 9:30～ ② 11:00～

毎週水曜日 ③ 9:30～



## ユーモア会(おしゃべりサロン)

毎月第1木曜日 13:30～



## 梅田住区センター

TEL 3848-3421

### ヨガ教室

毎月第3火曜日 10:00～11:00



### 悠遊サロン(脳トレ教室)

毎月第1火曜日 10:00～ 11:00



年度や状況で教室内容や時間を変更することがあります。