平成29年度　教養講座開催日程

青山荘

月日	教室	講師	時間	テーマ等
4月18日	健康相談	八戸西病院	10:30～11:30	健康チエック
5月20日	健康相談	八戸在宅クリニック	10:00～11:30	健康チエック
5月23日	介護予防教室	八戸在宅クリニック	13:00～14:00	リハビリ体操
6月15日	介護予防教室	八戸市医師会	13:30～14:30	転倒予防運動
7月15日	健康相談	八戸在宅クリニック	10:00～11:30	健康チエック
7月15日	介護予防教室	八戸在宅クリニック	13:00～14:00	リハビリ体操
8月24日	介護予防教室	八戸市医師会	13:30～14:30	認知症予防
9月16日	健康相談	八戸在宅クリニック	10:00～11:30	健康チエック
9月26日	介護予防教室	八戸在宅クリニック	13:00～14:00	リハビリ体操
10月19日	介護予防教室	八戸市医師会	13:30～14:30	認知症予防
11月18日	健康相談	八戸在宅クリニック	10:00～11:30	健康チエック
11月28日	介護予防教室	八戸在宅クリニック	13:00～14:00	リハビリ体操
12月14日	介護予防教室	八戸市医師会	13:30～14:30	転倒予防運動
12月22日	介護予防教室	八戸西病院	13:00～14:00	骨を強くする栄養の話
1月20日	健康相談	八戸在宅クリニック	10:00～11:30	健康チエック
1月23日	介護予防教室	八戸在宅クリニック	13:00～14:00	リハビリ体操
2月15日	介護予防教室	八戸市医師会	13:30～14:30	認知症予防
3月7日	料理教室・健康講話	八戸西健診プラザ・八戸西病院	10:00～13:30	認知症になりにくい生活習慣
3月15日	健康相談	八戸在宅クリニック	10:00～11:30	健康チエック
3月27日	介護予防教室	八戸在宅クリニック	13:00～14:00	リハビリ体操