



令和7年度

セレクト型はつらつくらぶ【2クール目】



秋田市福祉保健部長寿福祉課

○内容：運動、料理、eスポーツ、認知症予防、口腔ケア等さまざまな活動による護介護予防教室

○対象者：満65歳以上のかた

○参加費：無料（実費を除く）

※内容は各地区で異なります。※日程等を変更する可能性があります。

	会場	内容	日程						問い合わせ先
中央圏域	アスク秋田シニアスポーツクラブ・鍼灸治療院	運動	1/8	1/22	2/5	2/19	3/5	3/19	アスク秋田シニアスポーツクラブ ・鍼灸治療院（866-5660）
	八橋地区コミュニティセンター	料理	1/6	1/16	2/3	2/20	3/10	3/24	日本調剤株式会社秋田薬局 （853-0386）
東圏域	東地区コミュニティセンター【毎週土曜日】	運動	1/10	1/24	2/7	2/21	3/7	3/21	あきたポールウォーキングクラブ （090-1062-1813）
	東部市民サービスセンター	料理	1/8	1/22	2/5	2/19	3/5	3/17	日本調剤株式会社秋田薬局 （853-0386）
西圏域	デイ・リハスポット西部ワンズライフ	運動	1/8	1/22	2/5	2/19	3/5	3/19	デイ・リハスポット西部ワンズライフ（827-3557）
	南浜活動支援センター	口腔ケア 運動	1/9	1/23	2/13	2/27	3/13	3/20	バイタルケア秋田南 （853-4576）
南圏域	牛島小学校ミーティングルーム	運動	1/15	1/29	2/12	2/26	3/12	3/26	デイ・リハスポット西部ワンズライフ（827-3557）
	南部市民サービスセンター 別館	口腔ケア 運動	1/13	1/27	2/10	2/24	3/3	3/17	バイタルケア秋田南 （853-4576）
北圏域	北部市民サービスセンター	料理	1/6	1/14	2/3	2/9	3/3	3/11	ペコリーナ （070-5327-0141）
	障がい支援施設ほくと	e スポーツ	1/7	1/21	2/4	2/18	3/4	3/18	e Social Cue 株式会社 （080-4834-4948）