



令和8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介護予防教室

○対象者：満65歳以上のかたで、これまで、はつらつくらぶ事業に参加したことがない方

○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	泉地区コミュニティセンター	認知症予防	9/10	9/17	10/1	10/15	11/5	11/19	YOLUBE (090-2841-3926)
	秋田リハビリテーション学院	運動 世代間交流	11/16	11/30	12/14	12/28	1/18	2/1	学校法人コア学園秋田リハビリテーション学院 (865-0188)
東圏域	東地区コミュニティセンター 【毎回土曜日】	運動	1/9	1/23	2/13	2/27	3/13	3/27	あきたポールウォーキングクラブ (090-9744-6421) 16時以降
	河辺総合福祉交流センター	認知症予防	9/10	9/17	10/1	10/15	11/5	11/19	YOLUBE (090-2841-3926)
西圏域	デイ・リハスポット西部 ワンズライフ	運動	12/9	12/23	1/6	1/20	2/10	2/24	デイ・リハスポット西部ワンズライフ (827-3557)
	メディック薬局	口腔ケア 運動	1/8	1/22	2/12	2/26	3/12	3/26	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	12/2	12/16	1/13	1/27	2/3	2/17	デイ・リハスポット西部ワンズライフ (827-3557)
	牛島小学校 ミーティングルーム	eスポーツ	10/20	10/27	11/10	11/24	12/8	12/22	e Social Cue 株式会社 (080-4834-4948)
北圏域	M'sスポーツクラブ 土崎教室	運動	12/2	12/9	12/23	1/13	1/27	2/10	M'sスポーツクラブ (070-5325-2412)
	北部市民サービスセンター	料理 認知症予防	1/5	1/13	2/2	2/10	3/2	3/10	ペコリーナ (070-5327-0141)