

令和8年度

はっらっ教室

開催場所：日浦公民館

時間：13時30分～15時00分



日程	テーマ
5月21日	AEDの使い方 講師：安佐北消防署
7月16日	楽しい歌で夏を乗り切ろう 講師：なかよしクラブ
9月17日	特殊詐欺を防ぐために 講師：安佐北警察署
11月19日	皆で伸ばそう健康寿命～心も体もリフレッシュ～ 講師：健康運動指導士 岡本先生
1月21日	介護予防のための体操 講師：健康運動指導士 原田先生
3月18日	楽しく運動、ストレッチ、脳トレ 講師：健康運動指導士 原先生

※ 講師の都合や会場の都合により、内容が変更する場合があります。

原則、第3週木曜日に開催します！！

広島市清和・日浦地域包括支援センター

共催：あさひが丘地区社会福祉協議会

日浦公民館