



高岡ふしき地域包括ケアネットワーク (守山・二上・能町地区) 予定一覧



日	月	火	水	木	金	土
	1 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	2 10:00~11:00 ふれあいいきいきサロン (能町自治会公民館)	3 10:00~11:00 富岡町健康体操教室(富岡町公民館)	4 10:00~11:00 ハケはつらつ体操 (ハケ公民館) 13:00~14:00 下二上やわやわ体操 (下二上公民館) 10:00~11:00 ルンルン体操教室 (角公民館)	5	6
7 	8 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	9 19:00~20:30 JCHO高岡ふしき病院症例検討会 テーマ:慢性肝炎 演 者:JCHO高岡ふしき病院 消化器内科 小林 才人【医師会関係者】	10 10:00~11:30 万葉ふれあいサロン (二上地域交流センター) 10:00~11:00 青葉のびのび体操教室 (青葉町公民館)	11 10:00~11:00 ルンルン体操教室 (角公民館)	12 10:30~11:30 五十里東町体操教室 14:00~15:00 東海老坂健康体操教室 10:00~11:30 能町あゆみの会 (能町自治会公民館)	13
14	15 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	16	17 10:00~12:00 ふれあいいきいきサロン (吉久公民館) 10:00~11:00 富岡町健康体操教室(富岡町公民館)	18 10:00~11:00 ハケはつらつ体操 (ハケ公民館) 13:00~14:00 下二上やわやわ体操 (下二上公民館)	19	20
21 	22 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	23 11:00~11:30 健康教室(JCHO高岡ふしき病院) テーマ:「フレイル予防のための運動」 講師:JCHO高岡ふしき病院 理学療法士 ※リハビリ室で開催	24 10:00~11:00 青葉のびのび体操教室 (青葉町公民館)	25 10:00~11:00 ハケはつらつ体操 (ハケ公民館)	26 14:00~15:00 東海老坂健康体操教室 10:00~11:30 能町あゆみの会 (能町自治会公民館)	27
28	29 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	30 	31 			

協 賛 旭ヶ丘内科クリニック、高岡内科クリニック、サンバリー高岡病院、二上万葉苑、グループホームむら花、ケアホーム二上あいの風、あさひ苑

