

令和8年度



高岡ふしき包括ケアネットワーク（伏木・古府・太田地区）予定一覧



日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5 10:00～11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	6	7 10:00～11:00 若草ストレッチ教室(若草) 10:00～11:00 古府筋力アップ教室(古)	8 13:30～14:30 古府第一はつらつラジオ体操の会 (古一)
9	10 10:00～11:00 矢田南台おたっしや健康教室 (矢南)	11 	12 10:00～11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	13	14 10:00～11:00 若草ストレッチ教室(若草) 10:00～11:30 万葉町教室(万)	15
16 	17	18 10:00～11:00 おたっしや健康教室(太)	19 10:00～11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	20	21 10:00～11:00 若草ストレッチ教室(若草) 10:00～11:00 古府筋力アップ教室(古)	22 13:30～14:30 古府第一はつらつラジオ体操の会 (古一)
23	24 10:00～11:00 矢田南台おたっしや健康教室 (矢南) 11:00～11:30 健康教室(JCHO高岡ふしき病院) テーマ:「認知症予防には栄養、 運動、睡眠が大事」 講師: JCHO高岡ふしき病院 和田副院長	25	26 10:00～11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	27	28 10:00～11:00 若草ストレッチ教室(若草) 10:00～11:30 万葉町教室(万)	29
30 	31	運動教室 講演 症例検討会 【医師会関係者】 伏木地区 (コ)伏木コミュニティセンター (一)伏木一宮公民館 古府地区 (古)市立古府公民館 (古一)古府一公民館 (若草)若草公民館 (矢南)矢田南台公民館 (矢新)矢田新町公民館 (万)万葉町公民館 太田地区 (太)太田公民館				

【協賛】こふの希、ケアホームかたかごの郷、社会福祉法人伏木会 ふしき苑、社会福祉法人永寿会 雨晴苑、リゾートビラ雨晴、宇野内科医院、久賀内科クリニック、稲尾医院、医療法人社団明寿会/雨晴クリニック、真生会伏木クリニック、JCHO高岡ふしき病院