令和８年度

11月 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
1 	2	3 	4 10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室（矢新）	5	6 10：00～11：00 伏木ふれあい健康教室（コ） 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）	7 
8	9 10：00～11：00 伏木ふれあい健康教室（一） 10：00～11：00 矢田南台おたっしゃ健康教室（矢南）	10 10：00～11：00 おたっしゃ健康教室（太） 19：00～20：30 JCHO高岡ふしき病院症例検討会 テーマ：肥満と高血圧 演　者：JCHO高岡ふしき病院 内科医長　鈴木ひかり【医師会関係者】	11 10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室（矢新）	12	13 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）	14 13：30～14：30 古府第一はつらつラジオ体操の会（古一）
15 	16	17	18 10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室（矢新）	19 10：00～11：00 伏木ふれあい健康教室（コ）	20 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）	21 
22	23 	24 11：00～11：30 健康教室(JCHO高岡ふしき病院) テーマ：「今日からできる認知症予防と健康チェックでわかること　～健診や臨床検査を上手に活用するポイント～」 講師：JCHO高岡ふしき病院　臨床検査技師	25 10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室（矢新）	26	27 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）	28 13：30～14：30 古府第一はつらつラジオ体操の会（古一）
29 	30					

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