2026年度 一般介護予防事業

京都市西京区地域介護予防推進センター

# 介護予防 のんびりサロン

〈介護予防〉って
何をすればよいと思いますか？
介護を必要としないよう
元気なうちから
予防することが大切です！



介護予防教室のご案内や
お手軽レシピもおいています。
簡単な脳トレもできますので
ぜひお立ち寄りください！

**日にち●** 11月 4・11・18・25日 水曜日

**時　間●** 午後 2:00 ～ 3:00

**場　所●** 地域交流サロン たませい **やまだ玉静**
（西京区山田出口町31　京都厚生園山田の家内）
★駐車場はありません。 自転車でお越しの方は職員までお声かけください。

**内　容●** 介護予防教室のご案内、パンフレットなどの配布
お手軽レシピ配布、かんたん脳トレ体験

**対象者●** おおむね65歳以上の方で、ご自身で行き来できる方

参加費無料

お問合せ：京都市西京区地域介護予防推進センター
電話：075-392-7874
（当センターは、京都市から事業を受託しています）