

【オンライン介護予防教室きたきゅう体操編スケジュール】



	夏期教室	秋期教室
	全7回 1時間半～2時間程度	
開催日時	R4年7月25日～9月12日 (8/15は休み) 毎週月曜日	R4年11月7日～12月19日 毎週月曜日
初回	対面による操作説明会 Zoomアプリの取り込みや接続・操作方法の説明と設定	
	会場：総合保健福祉センター3階 時間：14時～	会場：総合保健福祉センター3階 時間：14時～
2回目	オンラインによる操作説明会 自宅からZoomを使用しての接続・動作確認	
	会場：ご自宅 時間：14時～	会場：ご自宅 時間：14時～
3～7回目	介護予防教室きたきゅう体操編 5回開催(週1回)きたきゅう体操の実技や介護予防の講話など	
	会場：ご自宅 時間：14時～	会場：ご自宅 時間：14時～