

平成30年度 すこやかに老いるための市民啓発講座 開催日程

★無料です

★申し込みは不要です

※会場によって開催時間が異なりますのでご注意ください

	会場	開催時間	第1回	第2回	第3回	第4回
			地域の高齢者の 総合相談窓口の 紹介 上越市の高齢者 の医療や介護の 実態について	今日からできる 転倒・骨折予防 口からの介護予 防	認知症の正しい理 解と予防について	実際の在宅介護体 験から学ぶ 今後の人生設計に ついて考える
安塚区	安塚コミュニティプラザ	午前10時から 午前11時30分	5月24日(木)	6月7日(木)	6月21日(木)	7月5日(木)
浦川原区	浦川原コミュニティプラザ	午前10時から 午前11時30分	7月20日(金)	8月3日(金)	8月21日(火)	9月11日(火)
大島区	大島コミュニティプラザ	午前10時から 午前11時30分	5月24日(木)	6月5日(火)	6月21日(木)	7月10日(火)
牧区	牧コミュニティプラザ	午前10時から 午前11時30分	6月14日(木)	6月28日(木)	7月12日(木)	7月26日(木)
中郷区	中郷コミュニティプラザ	午後1時30分 から午後3時	6月11日(月)	6月25日(月)	7月9日(月)	7月23日(月)
板倉区	板倉コミュニティプラザ	午後1時30分 から午後3時	5月14日(月)	5月28日(月)	6月13日(水)	6月27日(水)
清里区	清里コミュニティプラザ (※2回目のみ清里活性化交流施設)	午後1時30分 から午後3時	5月11日(金)	5月25日(金) ※清里活性化交流施設	6月8日(金)	6月22日(金)
柿崎区	柿崎コミュニティプラザ	午前10時から 午前11時30分	9月18日(火)	10月2日(火)	10月19日(金)	10月30日(火)
大潟区	大潟コミュニティプラザ	午後1時30分 から午後3時	9月20日(木)	10月4日(木)	10月18日(木)	11月1日(木)
吉川区	吉川コミュニティプラザ	午前10時から 午前11時30分	6月12日(火)	6月26日(火)	7月10日(火)	7月24日(火)
頸城区	希望館	午前10時から 午前11時30分	5月22日(火)	6月5日(火)	6月19日(火)	7月3日(火)
三和区	三和コミュニティプラザ	午後1時30分 から午後3時	5月15日(火)	5月29日(火)	6月12日(火)	6月26日(火)
名立区	名立コミュニティプラザ	午後1時30分 から午後3時	5月16日(水)	5月29日(火)	6月13日(水)	6月27日(水)
高田区	市民プラザ	午前10時から 午前11時30分	5月19日(土)	6月2日(土)	6月16日(土)	6月30日(土)
新道区	新道地区公民館	午前10時から 午前11時30分	8月27日(月)	9月10日(月)	9月26日(水)	10月1日(月)
金谷区	福祉交流プラザ	午後1時30分 から午後3時	5月17日(木)	5月31日(木)	6月14日(木)	6月28日(木)
春日区	春日謙信交流館	午後1時30分 から午後3時	5月25日(金)	6月8日(金)	6月22日(金)	7月6日(金) ※午前10:00~11:30
諏訪区	諏訪地区公民館	午前10時から 午前11時30分	8月29日(水)	9月12日(水)	9月27日(木)	10月3日(水)
津有区	津有地区公民館	午前10時から 午前11時30分	8月24日(金)	9月7日(金)	9月21日(金)	10月5日(金)
三郷区	三郷地区公民館	午前10時から 午前11時30分	5月18日(金)	6月1日(金)	6月15日(金)	6月29日(金)
和田区	和田公民館	午後1時30分 から午後3時	5月23日(水)	6月6日(水)	6月20日(水)	7月4日(水)
高士区	高士地区公民館	午後1時30分 から午後3時	7月12日(木)	7月26日(木)	8月9日(木)	8月30日(木)
直江津区	直江津学びの交流館	午後1時30分 から午後3時	5月21日(月)	6月4日(月)	6月18日(月)	7月2日(月)
有田区	教育プラザ	午前10時から 午前11時30分	5月12日(土)	5月26日(土)	6月9日(土)	6月23日(土)
八千浦区	八千浦交流館はまぐみ	午後1時30分 から午後3時	9月25日(火)	10月11日(木)	10月23日(火)	11月5日(月)
保倉区	保倉地区公民館	午後1時30分 から午後3時	7月11日(水)	7月25日(水)	8月8日(水)	8月22日(水)
北諏訪区	北諏訪地区公民館	午後1時30分 から午後3時	9月14日(金)	9月28日(金)	10月12日(金)	10月26日(金)
谷浜・桑取区	谷浜・桑取地区公民館	午後1時30分 から午後3時	7月18日(水)	7月30日(月)	8月6日(月)	8月20日(月)