

令和6年度

# 四つ葉教室に参加してみませんか！

高齢の方やご家族などが、住みなれた地域で安心していきいきと暮らせるように様々な勉強会を開催しています。気軽にご参加ください。

時間: 10:00 ~ 11:30

場所: 門真市民プラザ

2階 集会室

※12/13のみ創作室での開催です

予約は要りません。

参加費は無料です！

毎回簡単な体操もしています。

介護・医療・福祉など

個別相談も受け付けます！

4/12 体力測定

5/10 介護保険について

6/14 ボッチャ大会

7/12 自分でできるリハビリ

8/9 筋肉を作る食事・栄養

9/13 認知症サポーター養成講座

10/11 成年後見制度を知ろう

11/8 笑って元気！素人寄席

12/13 消費者被害を防ごう

1/10 薬について

2/14 トイレのお悩み改善と予防

3/14 転倒予防

創作室



四つ葉手帳をプレゼント！

【問い合わせ先】

門真第4地域包括支援センター  
門真市北島町 12番 20号

☎ 072-887-6540

