

令和8年度短期集中！いきいきトレーニングスタジオ 【通称：いきトレ】

《スケジュール》

場所：藤井寺市立市民総合体育館 1階 多目的室2

時間：13時30分～15時

※送迎は13時より順次行います。

プログラム内容

- ・運動機能向上プログラム
- ・社会参加の働きかけ
- ・口腔、栄養支援につなぐ
- ・セルフマネジメント支援 等

1クール目(令和8年7月～9月)			
第1回目	令和8年7月2日(木)	第7回目	令和8年8月13日(木)
第2回目	令和8年7月9日(木)	第8回目	令和8年8月20日(木)
第3回目	令和8年7月16日(木)	第9回目	令和8年8月27日(木)
第4回目	令和8年7月23日(木)	第10回目	令和8年9月3日(木)
第5回目	令和8年7月30日(木)	第11回目	令和8年9月10日(木)
第6回目	令和8年8月6日(木)	第12回目	令和8年9月17日(木)

申込締切日

1クール目：令和8年5月29日(金)

2クール目(令和8年10月~12月)

第1回目	令和8年10月1日(木)	第7回目	令和8年11月12日(木)
第2回目	令和8年10月8日(木)	第8回目	令和8年11月19日(木)
第3回目	令和8年10月15日(木)	第9回目	令和8年11月26日(木)
第4回目	令和8年10月22日(木)	第10回目	令和8年12月3日(木)
第5回目	令和8年10月29日(木)	第11回目	令和8年12月10日(木)
第6回目	令和8年11月5日(木)	第12回目	令和8年12月17日(木)

申込締切日

2クール目：令和8年8月21日(金)

3クール目(令和9年1月~3月)

第1回目	令和9年1月7日(木)	第7回目	令和9年2月18日(木)
第2回目	令和9年1月14日(木)	第8回目	令和9年2月25日(木)
第3回目	令和9年1月21日(木)	第9回目	令和9年3月4日(木)
第4回目	令和9年1月28日(木)	第10回目	令和9年3月11日(木)
第5回目	令和9年2月4日(木)	第11回目	令和9年3月18日(木)
第6回目	令和9年2月12日(金)	第12回目	令和9年3月25日(木)

申込締切日

3クール目：令和8年11月20日(金)