

令和元年6月

中区 シニアお出かけカレンダー

健康長寿

社会参加
体づくり
食生活・口腔ケア

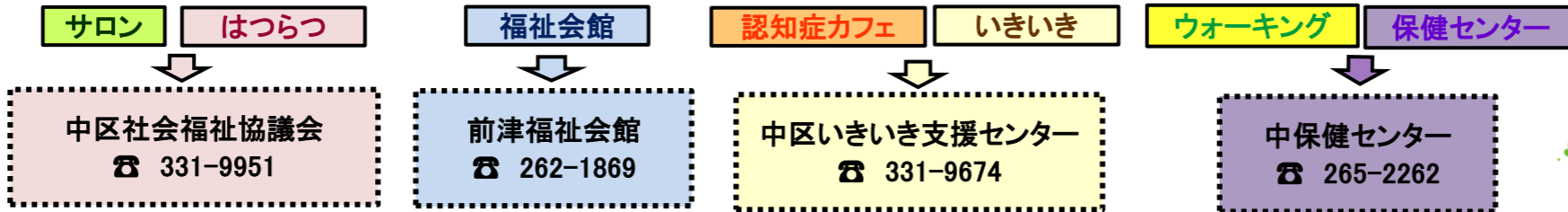
中区でおこなわれているサロン・講座・教室に積極的に参加しよう！

日	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
午前	サロン(正木-4) つつみ	サロン(大須-2) 大須	サロン(橋-5) 絵手紙	サロン(老松-4) 老松	サロン(栄-1) ぽっかぽか	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(大須-3) よりみち	サロン(新栄-2) ふれあい おしゃべり喫茶	サロン(栄-3) つどい	サロン(平和-1) TOMO	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(新栄-4) 元気サロン新栄	サロン(老松-1) じえねlabo	サロン(橋-3) にこにこ		
		サロン(松原-1) 松原	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋-3) にこにこ		サロン(正木-3) 正木	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(平和-2) 平和	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン	福祉会館 銀之城一座 華の舞		
		はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室	サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	サロン(橋-1) 歴史発見図れあい	福祉会館 折り紙サロン			はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室	サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	はつらつ(橋) 橋会館	ウォーキング グループ さわやか鶴舞			
		福祉会館 みんなでピンポン		はつらつ(名城) 名城小	はつらつ(橋) 橋会館	福祉会館 回想法講座①			福祉会館 みんなでピンポン		はつらつ(名城) 名城小	福祉会館 認知症予防教室				
		ウォーキング グループ 白川ウォーク		福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 認知症予防教室	ウォーキング グループ さわやか鶴舞			ウォーキング グループ 白川ウォーク		福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 レッツ・ドラム サークル				
												認知症カフェ 大須カフェ				
午後	サロン(千早-2) 千早脳トレ	サロン(新栄-3) つくもカフェ	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(名城-1) ガイア健康	サロン(橋-4) 炎火会	福祉会館 歌おう会		サロン(新栄-3) つくもカフェ	サロン(千早-1) 千早	サロン(御園-2) ほっとサロン	サロン(御園-1) いけいけ田中屋		サロン(老松-3) なごみ会		
		サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	認知症カフェ モテカフェ	サロン(老松-2) 打歌団	サロン(新栄-3) つくもカフェ	サロン(橋-10) 結の会			サロン(橋-8) 橋	サロン(正木-1) サロンそよ風金山	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(新栄-3) つくもカフェ		福祉会館 歌おう会		
		はつらつ(大須) 大須コミセン		サロン(橋-2) ラッタッタヨガ	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う				サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(新栄-1) シャチホコ	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う				
				サロン(橋-9) たちばな元気かい	サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				はつらつ(大須) 大須コミセン				サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~			
				サロン(橋-12) たべよう会	はつらつ(正木) むつみグリーン				福祉会館 己書を描こう				はつらつ(正木) むつみグリーン			
				福祉会館 健康体操	福祉会館 やさしい健康体操				保健センター 男の筋トレ				福祉会館 きてみてヨガ体操			
				福祉会館 きまぐれ喫茶	いきいき 認知症おしゃべり カフェ								福祉会館 健康相談			
				保健センター 元気アップ健康クラ ブ(中文化センター)	いきいき もの忘れ相談								保健センター 音楽療法で脳活			

令和から
始めてみませんか！
**介護予防
社会参加**

※参加者限定サロン

問い合わせ先
詳しい内容は、担当事業所にお問い合わせください。



発行 / 中区地域包括ケア推進会議事務局
生活支援・介護予防部会
連絡先 / 中保健センター TEL265-2262
⑤ 5月末時点の情報を基に作成しています。
各事業所にお問い合わせのうえ、ご参加下さい。