



# シニアお出かけマップ

延ばそう!  
健康寿命

いつまでも  
輝き続ける  
シニアライフ!!

深めよう  
地域の絆



このシニアお出かけマップは、  
中区の“地域のつどいの場”を  
まとめたものです。



身近な場所で気軽に集まり、  
楽しくふれあいを深めて、  
交流してみませんか?

【中区広報大使】

