

平成30年3月

中区 シニアお出かけカレンダー

はじめましょう！

高齢期の健康づくり！！

中区内では、サロン・講座・教室などさまざまな活動がおこなわれています。積極的に参加しましょう！！

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金		
午前	サロン 橋-1 歴史発見 ふれあい	サロン(A)※ ふれあいサロン みらい(老松)	サロン(D)※ なかよし会 (橋)		サロン 大須-2 大須	はつらつ (新栄) 新栄会館	サロン 老松-2 老松	はつらつ (橋) 橋会館	サロン(A)※ ふれあいサロン みらい(老松)	サロン(D)※ なかよし会 (橋)		サロン 大須-4 楽運寺いきいき	サロン 平和-2 TOMO	サロン 老松-2 老松	サロン 栄-1 ぼっかぼか	サロン(A)※ ふれあいサロン みらい(老松)		
	はつらつ (橋) 橋会館	はつらつ (千早) 千早コミセン	いきいき 認知症サポーター養成講座		サロン 松原-2 松原	福祉会館 認知症予防教室	サロン 正木-1 唄ごえ十八番	福祉会館 認知症予防教室	はつらつ (千早) 千早コミセン	福祉会館 ハンドトリートメント		サロン 正木-2 正木	はつらつ (新栄) 新栄会館	サロン 平和-3 平和	サロン 新栄-2 新栄	はつらつ (千早) 千早コミセン		
	福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 折り紙サロン			はつらつ (老松) 鶴舞荘集会所		はつらつ (名城) 名城小		ウォーキンググループ さわやか鶴舞				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-1 唄ごえ十八番	サロン 橋-1 歴史発見 ふれあい	福祉会館 折り紙サロン	
		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		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			はつらつ (名城) 名城小	はつらつ (橋) 橋会館	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		ウォーキンググループ はち丸ウォーク									福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 認知症予防教室	
																認知症カフェ としわカフェ		
午後	サロン 名城-1 ガイア健康				サロン 新栄-4 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 御園-1 いけいけ田中屋	サロン 橋-4 金曜サロン	サロン 平和-1 ひだまりの会		サロン 新栄-4 つくもカフェ	はつらつ (新栄) ヨナワールド	サロン 御園-2 ほっとサロン	サロン 名城-1 ガイア健康			
	サロン 新栄-4 つくもカフェ				サロン 橋-3 ラッタッタヨガ		サロン 橋-9 食べよう会	サロン 新栄-4 つくもカフェ	サロン 橋-7 虹の会		サロン 正木-1 唄ごえ十八番		サロン 栄-2 ネットサロン	サロン 新栄-4 つくもカフェ				
	サロン(B)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				サロン 正木-1 唄ごえ十八番		福祉会館 歌おう会	サロン(B)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				はつらつ (大須) 大須コミセン			サロン(B)※ ファミ雀会(橋) 18:00~			
	はつらつ (正木) むつみグリーン				はつらつ (大須) 大須コミセン			はつらつ (正木) むつみグリーン							はつらつ (正木) むつみグリーン			
	福祉会館 さわやかヨガ							福祉会館 歌おう会							福祉会館 きまぐれ喫茶			
								福祉会館 健康相談							福祉会館 やさしい健康体操			

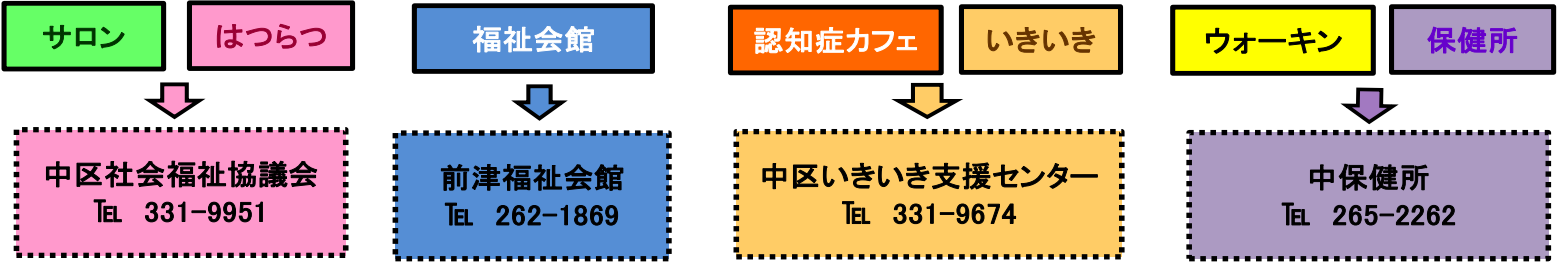
受講生募集!!

認知症予防教室
 認知症予防に効果のあるプログラム(体操、音楽、手芸など)を取り入れた教室
 認知症予防リーダー養成講座
 認知症予防に関する知識や手法を学び地域に広めていただく方を養成する講座
 【申込】3/1~3/15
 詳しい日程・内容は・・・
 前津福祉会館までお問合せください

H30年度 ☆いきいき教室☆予約制 参加者募集！
 健康寿命を延ばすためのポイントを楽しく学びましょう。
 4つの講座「運動」「口腔・栄養」「音楽」「学習」
 から選んで参加!! 😊
 詳しい日程・内容は・・・ 中保健所までお問合せください

※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
 連絡先/中区役所福祉課:TEL265-2321
 ② 2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。

平成30年3月

中区 シニアお出かけカレンダー

はじめましょう！
高齢期の健康づくり！！
 中区内では、サロン・講座・教室などさまざまな活動が
 おこなわれています。積極的に参加しましょう！！

日	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
午 前	サロン 大須-1 おしゃべりサロン すみれ	サロン 正木-3 たつみ	サロン 大須-2 大須	サロン 橋-5 絵手紙		はつらつ (橋) 橋会館	サロン①※ ふれあいサロン みらい(老松)	サロン 大須-3 よりみち	サロン 新栄-3 ふれあい おしゃべり喫茶	サロン 正木-2 正木	サロン 栄-3 つどい	サロン 松原-1 西別院園基	はつらつ (橋) 橋会館	はつらつ (千早) 千早コミセン	サロン②※ なかよし会(橋)
	サロン 橋-6 手芸の会		サロン 松原-2 松原	はつらつ (新栄) 新栄会館		福祉会館 認知症予防教室	はつらつ (千早) 千早コミセン	サロン 平和-1 ひだまりの会		はつらつ (老松) 鶴舞荘集会所	サロン 平和-2 TOMO	サロン 正木-1 唄ごえ十八番	福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 己書を描こう	
	サロン③※ なかよし会(橋)		はつらつ (老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室			福祉会館 折り紙サロン	サロン④※ なかよし会(橋)		ウォーキング グループ 白川ウォーク	はつらつ (新栄) 新栄会館	はつらつ (名城) 名城小	福祉会館 脳バランス	ウォーキング グループ さわやか鶴舞	
	福祉会館 なつかし上映会		福祉会館 みんなでピンポン				ウォーキング グループ さわやか鶴舞				福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 認知症予防教室			
午 後			サロン 新栄-5 つくもカフェ	はつらつ (新栄) ヨナワールド	春分の日	サロン 御園-1 いけいけ田中屋	サロン 栄-2 ネットサロン			サロン 新栄-4 つくもカフェ	サロン 千早-1 千早	サロン 栄-2 ネットサロン	サロン 新栄-4 つくもカフェ	福祉会館 明治 食育セミナー	
			サロン 正木-1 唄ごえ十八番			サロン 新栄-4 つくもカフェ	サロン 橋-4 金曜サロン			サロン 橋-3 ラッタッタヨガ	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⑤※ ファミ雀会(橋) 18:00~		
			はつらつ (大須) 大須コミセン			サロン⑥※ ファミ雀会(橋) 18:00~				サロン 正木-1 唄ごえ十八番		サロン 橋-2 wise	はつらつ (正木) むつみグリーン		
		※参加者限定サロン				はつらつ (正木) むつみグリーン				福祉会館 きてみてヨガ体操			福祉会館 元気体操		

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。

サロン 是つらつ
 ↓
 中区社会福祉協議会
 TEL 331-9951

福祉会館
 ↓
 前津福祉会館
 TEL 262-1869

認知症カフェ いきいき
 ↓
 中区いきいき支援センター
 TEL 331-9674

ウォーキング 保健所
 ↓
 中保健所
 TEL 265-2262

発行/中区地域包括ケア推進会議事務局
 連絡先/中区役所福祉課:TEL265-2321

Ⓢ 2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。