

サロン元気

“サロン元気” に 参加してみませか！！



申し込み不要！！

**※当日直接会場までお越しください
定員各回 30 名**

☞初回利用時ご登録が必要となります

サロン元気とは…

六会地区にお住いの 65 歳以上の方を対象に
『これまでも・これからお元気に過ごせるように』とプログラムを行っております。
2016 年度は開催曜日を水曜日に引っ越し、全 9 回実施します！
ぜひ、皆様お誘いあわせの上、ご参加ください。

お一人での参加でも
大丈夫ですよ！

| | 日程 | 時間 | プログラム | 集合場所 |
|---|----------|-----------|---------------|------------------|
| ① | 5 月 11 日 | 10 時～12 時 | 六会の歴史に触れてバラ園へ | 六会市民センター 正面玄関 |
| ② | 5 月 25 日 | 10 時～12 時 | ヨガ | 六会市民センター 小体育室 |
| ③ | 6 月 8 日 | 10 時～12 時 | アートフラワー教室 | 六会市民センター 第 1 談話室 |
| ④ | 6 月 22 日 | 10 時～12 時 | 介護予防体操 | 六会市民センター 小体育室 |
| ⑤ | 7 月 13 日 | 10 時～12 時 | 料理教室 | 六会市民センター 調理室 |
| ⑥ | 7 月 27 日 | 10 時～12 時 | コグニサイズ (体操) | 六会市民センター 小体育室 |
| ⑦ | 8 月 24 日 | 10 時～12 時 | 機織り教室 | 六会市民センター 第 1 談話室 |
| ⑧ | 9 月 14 日 | 10 時～12 時 | アロマストレッチ | 六会市民センター 小体育室 |
| ⑨ | 9 月 28 日 | 10 時～12 時 | 体操・今後の予定 | 六会市民センター 第 1 談話室 |



“サロン元気” 担当のおのだ小野田です。
どの回からでも参加できます♪ ご都合の良い回のみ参加も大歓迎！！
皆様お誘いあわせのご参加ください。おまちしております♪

ご不明な点はお電話でお問い合わせください☎
連絡先：0466-82-6400