

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