

五月が丘地区 かいご予防おでかけマップ



【老人いこいの家】
 (百) 座・ソーラン；毎週金曜日
 13時30分～15時

【4丁目集会所】
 (百) 四丁目百体；毎週火曜日
 ① 9時30分～10時15分
 ② 10時30分～11時15分

【3丁目集会所】
 (百) さくら会百歳体操；毎週水曜日
 13時30分～14時30分



【5丁目集会所】
 (百) 五丁目いきいき体操；毎週火曜日
 13時30分～14時30分

【森下会館 陽だまり】
 ふれあいサロン「陽だまり」；月・水・金
 10時～15時

【五月が丘公民館】
 さつきサロン；毎月第4水曜日
 10時～11時30分

【1丁目集会所】
 (百) 五月が丘一丁目百歳体操の会；毎週火曜日
 ① 9時～9時45分
 ② 10時～10時45分
 ニコニコサロン；毎月最終火曜日
 13時30分～15時

【問合せ先】★地域包括支援センター
 佐伯区美鈴が丘西1丁目3-9 ☎208-5017
 ※この内容は、令和7年4月1日現在のものです。都合により変更となる場合があります。ご了承ください。ご不明な点やマップに関する詳細及び介護予防に関する内容等については地域包括支援センターまでご連絡ください。

※公民館には、ほかにも介護予防につながる学習グループがあります。詳細は、直接お問い合わせください。

【2丁目集会所】
 (百) いきいき百歳体操芙蓉会；毎週土曜日
 9時～10時

※ (百) は百歳体操です