

# 五日市観音西いきいき健康づくりマップ



マップについてのお問い合わせは  
城山・五日市観音地域包括支援センター  
電話：082-924-7755

令和5年7月現在

開催場所	グループ名	開催日・時間	内容
①坪井上集会所	いきいきサロン坪井上	第3木曜日 13:30~15:30	集会所でのイベント・見学会
	つぼいカフェ (つぼい上・シルバー部遊友会)	第2水曜日 15:00~17:00	囲碁・将棋・麻雀・談話等自由に楽しむ
②月に異なる	出張認知症カフェ サロン・ド・ファミーユ	ナカムラ病院へお問い合わせください ☎(082)923-8333	認知症の心配事、悩み事相談・認知症講座・介護や制度の情報交換など
③千同上集会所	いきいきサロン千同上	第3水曜日 10:00~12:00	毎月ボランティア会議を開き次回行事等決定
	※現在休止中 千同音頭会(芸能保存会)	第4火曜日 19:00~21:00	唄(盆踊唄や木遣り・音頭)
④千同第三公園	千同上G・G部	木、土曜日 7:00~9:00	グランドゴルフ
	ゲートボールクラブ 千同あすなろ	月・火・水曜日 8:30~10:30	ゲートボール
⑤観音台公民館	いきいきサロン東観音台	第4土曜日 13:30~15:00	出前講座・趣味の集い
	【公民館の自主活動グループの内容】 ①料理 ②そば打ち ③編み物 ④ヨガ ⑤健康マージャン ⑥パソコン ⑦陶芸 ⑧絵手紙 ⑨水彩画 ⑩エコクラフト ⑪写真 ⑫ハーモニカ ⑬琴 ⑭合唱 ⑮卓球 ⑯空手 ⑰エアロビクス ⑱スポーツ吹矢 ⑲日舞を中心とした慰問演芸 ※観音台公民館に直接お問い合わせください。 ☎082-921-4762		
⑥観音台集会所	いきいきサロン観音台	第2木曜日 13:30~15:00	月1回イベント(体操・手芸・歌・食事会・季節行事)
	みんなの会	水曜日 13:00~16:00	カラオケ・麻雀・談話
	みんなの会(囲碁・将棋)	土曜日 13:00~16:00	囲碁・将棋
⑦東観音台第一集会所	お気楽運動 東観音台教室	毎週金曜日 13:30~15:00	介護予防運動(脳トレ含む)・体力増進
⑧老人いこいの家 倉重荘	いきいきサロン倉重荘	第4水曜日 13:30~15:00	お気楽体操(ストレッチ・筋トレ・有酸素運動・認知症予防)、レクリエーション

※各会場の開催状況については変更がある場合がありますので、ご確認の上ご参加ください。

無断転載禁止