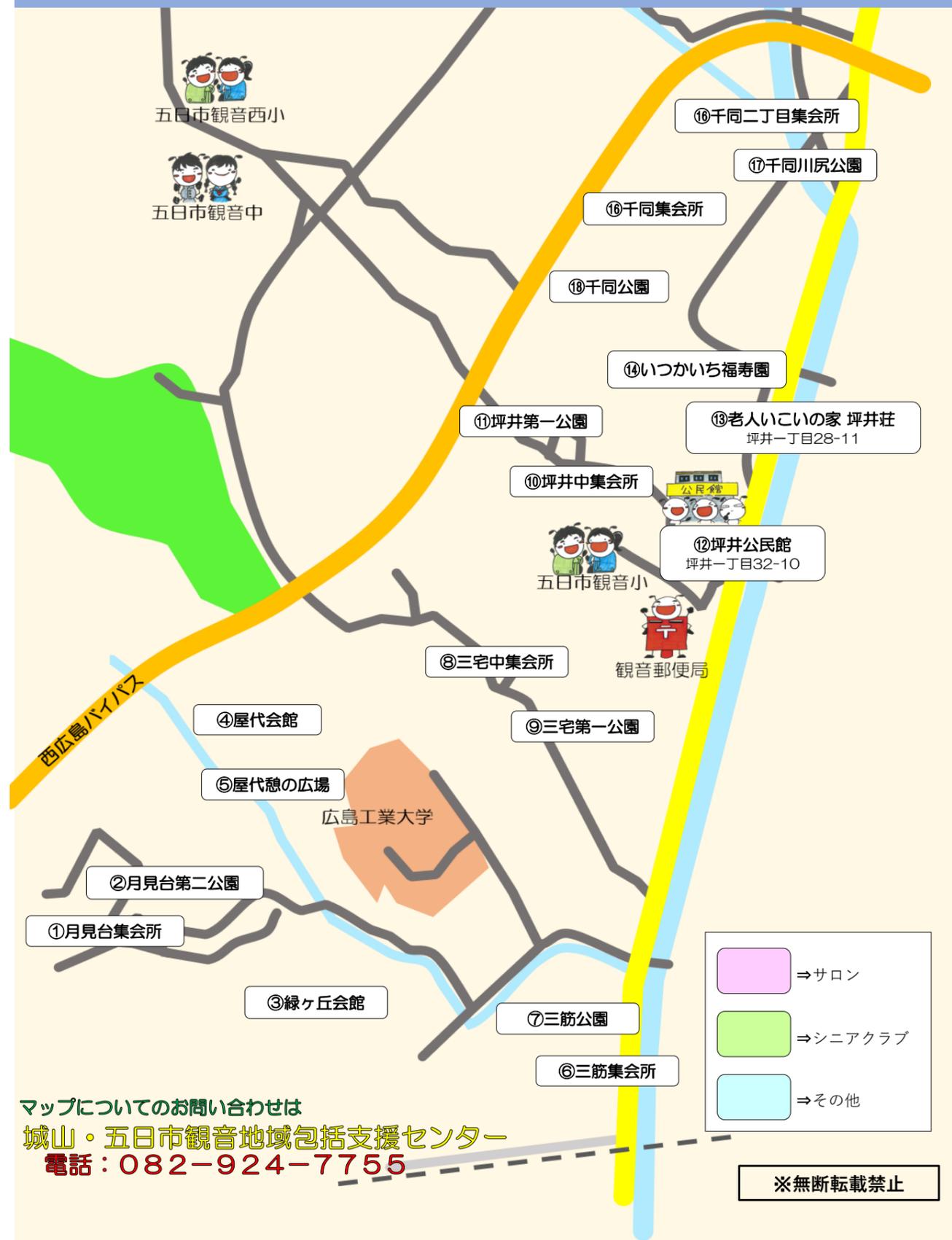


五日市観音いきいき健康づくりマップ



※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。

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月見台集会所	はつらつクラブ	第1・3・4月曜日 10:00~11:00	健康体操・ストレッチ
	月見台集会所サロン	毎週木曜日 13:00~15:30	囲碁・麻雀・洋裁・和裁・パッチワーク・リメイク・写経
①月見台集会所(駐車場) ②月見台第二公園	月見台健寿会 ラジオ体操	月・水・金曜日 (4~10月)6:45~ (11~3月)7:15~	ラジオ体操
		火・木・土曜日 (4~10月)6:45~ (11~3月)7:15~	
③緑ヶ丘会館	番茶会	第3木曜日 13:30~16:00	茶話会・各種情報交換
	菜の花 短歌会	第2火曜日 13:00~15:30	短歌
	トトロ・ウォーキング	毎週金曜日 (1~3月)10:00~10:30 (4~12月)9:00~9:30	ウォーキング・体操
④屋代会館	屋代町内会 さわやかサロン	第1土曜日 13:30~15:00	体操・歌・手芸等
⑤屋代憩の広場	屋代グラウンド・ ゴルフ同好会	月・水・金曜日 9:00~11:00	グランドゴルフ
⑥三筋集会所	三筋いきいきサロン	第2・4火曜日 10:00~11:30	歌・ラジオ体操・ゲーム・おしゃべり等
	海老吟詠会 三筋教室	毎週木曜日 13:30~15:30	詩吟
	三筋寿会	年2~3回	小旅行・親睦会
⑦三筋公園	三筋寿会 グランドゴルフ会	毎週火・木・土曜日 8:30~10:00	グランドゴルフ
	⑧三宅中集会所	三宅カラオケ同好会	第1・3水曜日 13:30~15:30
ほのぼのサロン		第2水曜日 13:30~15:00	座ソラン・歌・健康体操・クリスマス会・お茶会・演奏会・紙芝居・銭太鼓等
⑨三宅第一公園	三宅無量寿会	毎月1日 7:00~8:00	公園の掃除・親睦会・新年会・総会・健康講座
	三宅無量寿会 グランドゴルフ	第2・4日曜日 8:30~10:30	グランドゴルフ
⑩坪井中集会所	つばいサロン	第3水曜日 13:30~15:00	折紙・手芸・茶話会等
⑪坪井第一公園	坪井長寿会 グランドゴルフ・ラジオ体操	月・水・土曜日 8:00~9:00	ラジオ体操・グランドゴルフ
⑫坪井公民館	びんびん健康体操	第1金曜日 13:00~14:00	健康体操
	【公民館の自主活動グループの内容】 ①ヨガ ②卓球 ③健康体操 ④スコープ三味線 ⑤ひよっこ踊り ⑥日本舞踊 ⑦フラダンス ⑧フォークダンス ⑨琴 ⑩大正琴 ⑪リコーダー ⑫コーラス ⑬詩吟 ⑭料理 ⑮断酒 ⑯手話 ⑰手編み ⑱絵画 ⑲絵手紙 ⑳実務書道 ㉑ペン習字 ㉒ビデオ ㉓紙芝居 ㉔健康マージャン ㉕大道芸 ※坪井公民館に直接お問い合わせください。 ☎082-921-0812		
⑬老人いきいの家 坪井荘	健康マージャンクラブ	毎週金曜日 13:00~16:30	麻雀
	キラキラサロン	第4土曜日 13:30~15:00	健康体操・小物作り・演奏会・脳トレ等
	観音囲碁サロン	日曜日 9:30~16:30 木曜日 12:30~16:30	囲碁交流
⑭いつかいち福寿園	カフェ・ふくじゅ	毎月第4木曜日 13:30~16:00	ミニ講座・レクリエーション・認知症に関する相談会、情報交換会
⑮千同二丁目集会所	お気楽運動 千同教室	毎週火曜日 13:00~15:00	介護予防体操(脳トレ含む) 体力増進
⑯千同集会所・ ⑯千同二丁目集会所	千同のんびりサロン	第3水曜日 13:30~15:00	健康体操・食事会・歌・工作・ゲーム・健康講座
⑰千同川尻公園	グランドゴルフサークル	月・水・金曜日 7:00~8:00	月初めに1回公園の清掃 グランドゴルフ
⑱千同公園	千同公園グランドゴルフ	月・木・土曜日 9:00~11:00	グランドゴルフ
行事ごとに異なる	千同長生会	毎月1回 (時間は行事ごとに異なる。)	グランドゴルフ・カラオケ・日帰り研修旅行等