★生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)の役割★

- ・地域での困りごと、地域にあるサービスを直接訪問して把握します。
- ・顔の見える関係づくりを行うために話し合いの場を準備し、地域の 良いところを再発見や意見交換を行います。
- ・不足しているサービスや支えあいの仕組みづくりをお手伝いします。
- ・サービスの担い手の養成と活動の支援を行います。



つどいの場についてのお問い合わせ・地域の困り事などの ご相談は下記までご連絡下さい。

恵庭市全域担当

社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 恵庭市末広町124番地 TEL.32-0007

ひがし圏域担当

恵庭市ひがし地域包括支援センター(たよれーるひがし) 恵庭市黄金南5丁目11-4 TEL-35-1071

担当地区は漁太・春日・中央・上山口・戸磯・和光町・黄金北・黄金南・黄金中央・相生町・緑町・住吉町・末広町・栄恵町・泉町・京町・漁町・福住町・新町・本町 となります。

えにわささ恵あいマップ

編集

令和4年2月3版発行

発行者:社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 所在地:恵庭市末広町124番地 電話:0123-32-0007 FAX:0123-29-5833 WEB:http://www.eniwa-syakyo.or.jp/



~っどいの場編~ ひがし圏域



2 □ 恵庭地区恵寿クラブ 末広町百寿会 会 場 福住憩の家 会 場 第2福祉会館 住 所 福住町1丁目21-29 住 所 末広町125-1 4 3 和光いきいきクラブ いちい会和光 会場 和光憩の家 会場 和光憩の家 住 所 和光町3丁目1-1 住 所 和光町3丁目1-1



黄金南曙クラブ

会場 東恵庭憩の家

住 所 中央452-3

8 黄金中央カリンバ会

住 所 黄金北3丁目1-5

会 場 黄金町北会館

会 場 黄金ふれあいセンター

さわやかみどり会

黄金北恵愛会

住 所 黄金南5丁目1-1

相楽会

会 場 戸磯曙会館

会 場 相生町自治会館

住 所 相生町2丁目4-18

住 所 黄金南2丁目12-19

住 所 緑町2丁目1-1

会 場 えにあす

6

黄金南げんき会

会場 黄金ふれあいセンター

住 所 黄金南5丁目1-1

すみよしクラブ

会 場 住吉会館

住 所 住吉町3丁目10-7



活動場所 和光憩の家

参加費用無料

ひとこと

5

活動場所 和光憩の家(大町憩の家)

活動日·時間 会館の空き状況による

・いきいき百歳体操

和やかサロン

活動日・時間 火曜日 13:00~15:00

・いきいき百歳体操・茶話会

・歌・室内パーク・ふまねっと

和やかで楽しい会です。

かみかみ百歳体操

・しゃきしゃき百歳体操

·ふまねっと ·茶話会

・カラオケ

翔カラオケ友の会

参加費用 参加費無料

現在はいきいき百歳体操、 さくら体操の2つですが、増 ひとこと やしていきたいと思ってい ます。

交流広場「恵和会」

活動場所和光憩の家

会館の空き状況による

・いきいき百歳体操 ・ふまねっと ・踊り ・麻雀 ・きよしのズンドコ節体操 ・さくら体操 ・カラオケ

参加費用 年会費 2,000円

出会い、語り、笑い、歌い、健 康であることに感謝し、慰 問を通し生き甲斐づくりと ひとこと なっています。

4 ひまわりの会

活動場所 和光憩の家

活動日·時間 火曜日 9:00~12:00

・茶話会・カラオケ ・ウノ・さくら体操 ・きよしのズンドコ節体操

参加費用 年会費 2,000円

お互い信頼しあって心 一つに自然体なのが誇 ひとこと りです。

(5) サロン・コスモス

活動場所 和光憩の家

活動日・時間 金曜・土曜月各2回 13:00~15:00 ・いきいき百歳体操

かみかみ百歳体操 ・ふまねっと・茶話会

参加費用 参加費無料

会が楽しく、更に健康維持に結 びつくように脳トレ運動[ふま ひとこと ねっと」やいきいき百歳体操・茶 話会を行っています。

ふれあい「さちの会」

活動場所和光憩の家

活動日·時間 金曜日 9:00~12:00

健康麻雀 休憩時のストレッチ

·昼食会 ·茶話会

参加費用 無料(行事日のみ徴収)

とりわけ脳の活性化は抜 群。皆様、和気あいあい楽 ひとこと しく活動しています。

住吉ひまわり会

活動場所 住吉会館

活動日・時間 火曜日 9:00~12:00

·茶話会

・いきいき百歳体操 ・かみかみ百歳体操 活動内容

参加費用 1人 月100円

参加者の年齢も高齢者 ひとことが多く助け合って活動 しております。

8 ほのぼの百歳体操サロン

活動場所相生町自治会館

活動日·時間 木曜日 10:00~12:00

・いきいき百歳体操 ・かみかみ百歳体操 ・茶話会

・しゃきしゃき百歳体操 ・ロコモトレーニング

参加費用 参加費無料

町内の高齢者を訪問し、 ひとこと 声かけする活動に取り 組んでいます。

9 旭グループ

活動場所 旭団地内プレハブ

活動日・時間 第3火曜日 13:00~15:00

·茶話会 ·散策 ・大人のぬり絵

·刺子·食事会

参加費用参加費無料

人生経験豊富な方との ひとこと 活動でいろいろ勉強に

なります。

黄金ふれあいサロン

活動場所 黄金ふれあいセンター

活動日・時間 木曜日 9:45~10:45 ・いきいき百歳体操

かみかみ百歳体操 しゃきしゃき百歳体操 ·茶話会

参加費用 参加費無料

メンバーさんが心も体も更 に元気になって頂けるよう 心を込めて企画運営にあた り、その一体感が自慢です。

🚺 福住2丁目ふれあいサロン

活動場所 福祉会館

活動日·時間 不定期 10:00~12:00

・いきいき百歳体操 ・かみかみ百歳体操 ·茶話会

参加費用参加費無料

お互いを理解し、励まし 合いながら絆を深めて おります。

12 末広いきいき百歳体操の会

活動場所 第2福祉会館

活動目・時間 火曜日 9:50~11:30

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操

参加費用参加費無料

10人前後のこぢんまり ひとこととしたサロンです。

・ふまねっと

漁町ふれあいサロン

活動場所とかえ会館

活動目·時間 火曜日 10:00~12:00

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操

• 歌 参加費用参加費無料

> 参加者さんは体操で足 腰がよくなっているとお 話しています。

サロンいこい

活動場所 福住憩の家

月曜日 10:00~12:00 ・いきいき百歳体操

・かみかみ百歳体操 ・茶話会 しゃきしゃき百歳体操 ・ふまねっと ・指ヨガ

参加費用 参加費無料

参加者が健康づくりに関 心を持ち、楽しんで活動 できるようにしています。

こがね北サロン

活動場所 黄金町北会館

活動日・時間 火曜日 10:00~11:00

・いきいき百歳体操

・かみかみ百歳体操

参加費用 参加費無料

地域の人達に喜ばれて います。皆さんお話する のが楽しみの様です。

16 ぬくぬくアイル編物サークル

活動場所 NPO法人えにわ市民プラザアイル内

活動日・時間 金曜日 10:30~15:30

・いきいき百歳体操 ·茶話会·編物製作

・情報交換・食事会 参加費用 参加費 1回100円

相手の方を理解しなが

ら教え、励まし、和やか で健康な会です。

★生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)の役割★

- ・地域での困りごと、地域にあるサービスを直接訪問して把握します。
- ・顔の見える関係づくりを行うために話し合いの場を準備し、地域の 良いところを再発見や意見交換を行います。
- ・不足しているサービスや支えあいの仕組みづくりをお手伝いします。
- ・サービスの担い手の養成と活動の支援を行います。



つどいの場についてのお問い合わせ・地域の困り事などの ご相談は下記までご連絡下さい。

恵庭市全域担当

社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 恵庭市末広町124番地 TEL.32-0007

みなみ圏域担当

恵庭市みなみ地域包括支援センター(たよれーるみなみ) TEL.34-8467 恵庭市柏木町429-6

担当地区は有明町・大町・文京町・牧場・盤尻・桜森・恵央町・幸町・柏木町・美咲野・桜町・ 駒場町・白樺町・恵南となります。

えにわささ恵あいマップ





令和4年2月3版発行

発行者:社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会

所在地:恵庭市末広町124番地 電話:0123-32-0007 FAX:0123-29-5833

WEB:http://www.eniwa-syakyo.or.jp/



~ つどいの場編~ みなみ圏域





■ 文京さわやかクラブ

会 場 大町憩の家

| 住 所 | 大町4丁目5-15

2 牧場シルバークラブ

会 場 大町憩の家

住 所 大町4丁目5-15

柏木友の会

会 場 大町憩の家/柏木中央会館

大町4丁目5-15 柏木町3丁目2-16

大町友の会

会 場 大町憩の家

住 所 大町4丁目5-15

恵南すずらん会

会 場 和光憩の家

住 所 和光町3丁目1-1

有明あすなろ会

会 場 柏陽憩の家

住 所 柏陽町1丁目26

幸町寿クラブ

会 場 幸町会館

住 所 幸町2丁目16-4

8 恵央会

会 場 恵央町内会館

住 所 恵央町1

1 身心さわやかサロン

活動場所 大町憩の家

活動日・時間 水曜日 9:30~12:00

・茶話会・カラオケ 活動内容・室内ゲーム

・ラジオ体操第1

参加費用 年間 1.000円(令和3年度)

会員20名前後で活動し ひとこと ています。

(2) なみっこサークル

活動場所 大町憩の家

活動日・時間 土曜日 9:00~12:30

・いきいき百歳体操 活動内容・カラオケ

·茶話会 参加費用 700円~800円

いつも楽しく話し合え ひとこと ます。

3 柏百歳体操

活動場所 大町憩の家

活動日・時間 土曜日 13:30~15:00

かみかみ百歳体操

・いきいき百歳体操 活動内容 指運動

参加費用参加費無料

来るものこばまず、去る ものは、又来てね!誰で も参加OKです。

4 蛍灯の会

活動場所 大町憩の家

週1回 月または金 月13:00~15:45 金9:00~12:30 ・いきいき百歳体操

かみかみ百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操 ・茶話会・カラオケ

参加費用 毎回100円

地域の皆さんとわきあ ひとこと いあい体操やカラオケ を楽しんでいます。

5 有酸素運動の会

活動場所 大町憩の家

活動日・時間 火曜日 14:00~15:30

・ゆったりとした 気功体操 (歌に合わせて)

参加費用 500円

天気の良い日は野外に出て 青空気功も行います。 60才~93才まで頑張って います。

6 健康ヨガ大町

活動場所かしわのもり

活動日・時間 火曜日 13:30~15:00

活動内容・健康ヨガ

参加費用 参加費無料

高齢者向けの健康ヨガで ひとことす。自分の身体は自分で守 る体づくりをしています。

7 かしわいきいき健康倶楽部

活動場所かしわのもり

活動日・時間 水曜日 13:00~14:00

・いきいき百歳体操 ・かみかみ百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操

・血圧測定・健康談義・童謡唱歌 参加費用参加費無料

一緒に目指そう花咲け 百歳!80代女性も多く ひとこと 参加しています。

8 すずらんの会

活動場所 白樺会館

活動日·時間 月曜日 10:00~11:00

・いきいき百歳体操 ・かみかみ百歳体操・茶話会 ・須坂ドレミDE体操

・ウォーキング

参加費用参加費無料

参加者は皆和気あいあ いと運動を楽しんでお ります。

9 いきいき体操

活動場所
文京会館

木曜日 10:00~11:30 第3木は14:00~15:30

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操

·茶話会 参加費用参加費無料

参加者募集しています。

ひとこと

10 きごころサロン

活動場所 桜町会館

活動日・時間 木曜日 10:00~11:30

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 ·茶話会

参加費用 毎回100円

20名程で楽しく元気に ひとこと 活動しています。

Œ 恵友ふれあい会

活動場所
恵央町個人宅

活動日・時間 金曜日 13:00~16:00

かみかみ百歳体操 カラオケ・茶話会 ・しゃきしゃき百歳体操

参加費用 月500円

カラオケを主にかみかみ百 歳体操他、手・足・頭を使っ た体操を行っています。

(13) みんなの居場所 ひだまりクラブ

⑫ サロン天真らんらん

活動場所幸町会館

活動日・時間 火曜日 10:30~12:00

・いきいき百歳体操 活動内容・かみかみ百歳体操

・茶話会・頭の体操 参加費用参加費無料

90代の方も男性もお元 気で、笑いのたえないサ ロンです。

活動場所 柏木中央会館

活動目·時間 月·金曜日 9:00~12:30

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 ·茶話会 ·手芸講習会 ·指体操

参加費用 月100円

コロナ禍にあっても、今、 できる事を会員と協力し て実施しています。

14) ピンピンコロリ有明サロン

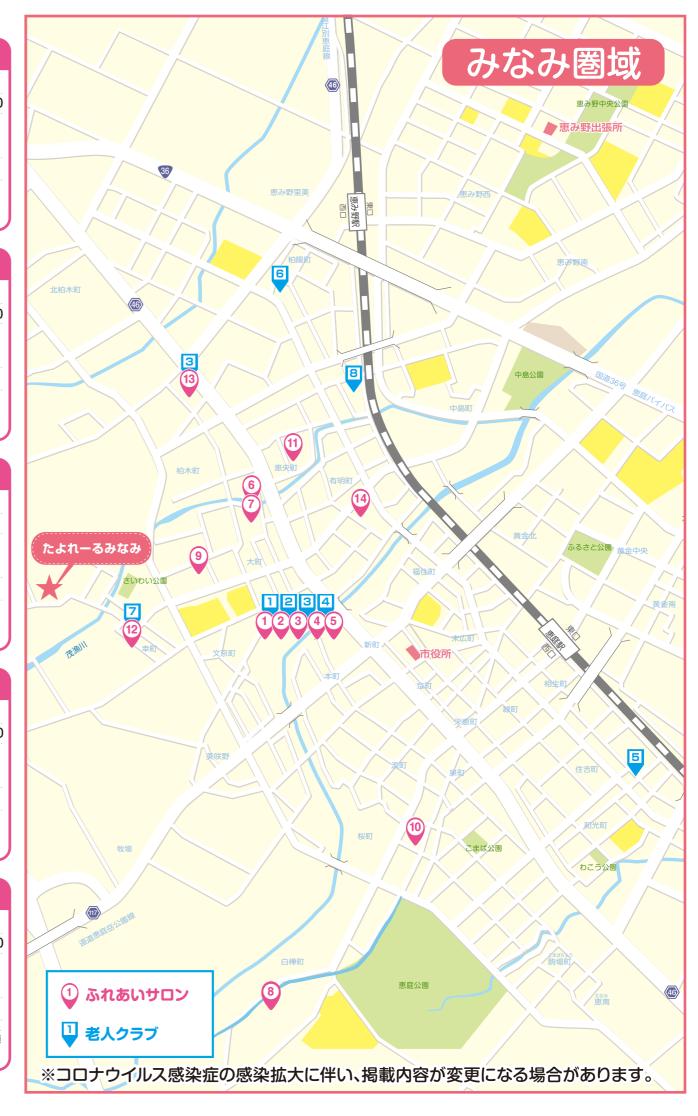
活動場所有明会館

活動目・時間 水曜日 13:00~16:00 ・いきいき百歳体操

かみかみ百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操 ・タオル体操 ・茶話会

参加費用 年間 500円

60代、70代、80代と「人生は これからだ」と意気込みで頑 張っています。明るく楽しい 人ばかりです。





★生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)の役割★

- ・地域での困りごと、地域にあるサービスを直接訪問して把握します。
- ・顔の見える関係づくりを行うために話し合いの場を準備し、地域の 良いところを再発見や意見交換を行います。
- ・不足しているサービスや支えあいの仕組みづくりをお手伝いします。
- ・サービスの担い手の養成と活動の支援を行います。



つどいの場についてのお問い合わせ・地域の困り事などの ご相談は下記までご連絡下さい。

恵庭市全域担当

社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 恵庭市末広町124番地 TEL.32-0007

中島・恵み野圏域担当

恵庭市中島・恵み野地域包括支援センター(たよれーる中島・恵み野) 恵庭市恵み野西2丁目3-10 **TEL.36-0036**

担当地区は中島町・恵み野東・恵み野西・恵み野南・恵み野北・恵み野里美となります。

えにわささ恵あいマップ







令和4年2月3版発行

発行者:社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 所在地:恵庭市末広町124番地 電話:0123-32-0007 FAX:0123-29-5833

WEB:http://www.eniwa-syakyo.or.jp/

忍尼物 さき恵あいマップ

~ つどいの場 編 ~ 中島・恵み野圏域



② 音読サークル かたつむり サロン はるかぜ 活動場所恵み野憩の家 活動場所恵み野憩の家 活動日・時間 月2回月曜日 10:00~11:30 活動日・時間 金曜日 10:00~12:00 ・お元気講座(体操) ・ふまねっと・指の体操 活動内容 •音読 ・ズンドコ体操 参加費用参加費無料 参加費用参加費無料 普段本を読むことから離れてい 住み慣れた地域でみんなが た人も声を出して本を読むこと 健康で快適な生活をする為 を楽しんでおります。毎日、ひら の地域づくりを目指してい がなと漢字のストループテスト 4 百人一首を楽しむ会 サロン 南風 活動場所恵み野憩の家 活動場所 恵み野南会館 活動日·時間 毎月3回/日 又は水曜日 12:00~17:00 活動日・時間 月2回 金曜日 10:00~12:00 ・小倉百人一首 活動内容 ·茶話会 ・いきいき百歳体操 参加費用参加費無料 参加費用 毎回400円 月2回百人一首を楽しんでおります。休憩時間に 会員募集中です。 ひとこと はラジオ体操第1、第2 を行っています。 6 いきいき体操「元気」 サロン さわやか 活動場所 恵み野西町内会館 活動場所 恵み野南会館 火曜日 10:00~11:30 活動日・時間 月曜日 12:30~15:00 ・いきいき百歳体操 ・指の運動・茶話会 ・かみかみ百歳体操 ・歌・いきいき百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操 ・かみかみ百歳体操 ·茶話会 参加費用 参加費無料 参加費用参加費無料 スタッフの方々は、みな 楽しくやっています。 さん優しいですよ。是非 ひとこと 参加を! 8 サロン ムーミンズ サロン はなみずき 活動場所 恵み野西町内会館 活動場所恵み野東会館 活動日・時間 第2、第4水曜日 10:00~12:00 活動日・時間 火曜日 10:00~11:00 ・いきいき百歳体操 ·茶話会 ・刺しゅう入り布巾縫い ·茶話会 ・中国保健体操など ·昼食会 参加費用 100円(お茶会ある時) 参加費用参加費無料 簡単な布巾などを縫い、お茶 いつでもだれでも自由







サロン ふくじゅそう

活動場所中島会館

かみかみ百歳体操 しゃきしゃき百歳体操

・茶話会・ふまねっと

参加費用 参加費無料

昨年から、月4回になり ました。毎回1時間ほど 楽しんでいます。

・いきいき百歳体操

・かみかみ百歳体操 ·体力測定·散步·茶話会

参加費用 参加費無料

ニュースポーツなど、楽 ひとこと しく体力アップできる活 動をしています。

・しゃきしゃき百歳体操

参加費用参加費無料

場所は狭いですが皆さ ん、仲よく、楽しく体操し ています。

恵み野東むつみ会

会場恵み野憩の家

住 所 恵み野北2丁目1-3

2 恵み野西むつみ会

会場恵み野憩の家

住 所 恵み野北2丁目1-3

恵み野南むつみ会

会場恵み野憩の家

住 所 恵み野北2丁目1-3

4 恵み野北むつみ会

会場恵み野憩の家

住 所 恵み野北2丁目1-3

★生活支援コーディネーター(地域支えあい推進員)の役割★

- ・地域での困りごと、地域にあるサービスを直接訪問して把握します。
- ・顔の見える関係づくりを行うために話し合いの場を準備し、地域の 良いところを再発見や意見交換を行います。
- ・不足しているサービスや支えあいの仕組みづくりをお手伝いします。
- ・サービスの担い手の養成と活動の支援を行います。



つどいの場についてのお問い合わせ·地域の困り事などの ご相談は下記までご連絡下さい。

恵庭市全域担当

社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 恵庭市末広町124番地 TEL.32-0007

きた圏域担当

恵庭市きた地域包括支援センター(たよれーるきた) 恵庭市島松本町1丁目11-1 **TEL.25-3100**

担当地区は島松寿町・島松仲町・島松東町・島松本町・島松旭町・北島・島松沢・下島松・中島松・西島松・林田・穂栄・南島松・北柏木町・柏陽町となります。

えにわささ恵あいマップ





発

令和4年2月3版発行

発行者:社会福祉法人 恵庭市社会福祉協議会 所在地:恵庭市末広町124番地 電話:0123-32-0007 FAX:0123-29-5833

WEB:http://www.eniwa-syakyo.or.jp/



~ つどいの場 編 ~

きた圏域





サロンまんてん

活動場所 島松憩の家

活動日・時間 水曜日 10:00~12:00

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操

・お楽しみ会(年2回)

参加費用 参加費無料

楽しく和やかに居場所が ひとこと 暖かいものである様にと 願いながら集っています。

(2) サロンらくがき

活動場所 島松憩の家

活動日・時間 第1・第2月曜日 13:00~15:00

·絵手紙 活動内容

参加費用 参加費無料

手・頭を使うことで、思考力 認知予防・リラックス効果があ ります。また、向上心や視野が 大きくなり笑顔になります。

サロンつながる輪

活動場所 島松憩の家

活動日・時間 月2回 金曜日 10:00~12:00

・ふまねっと 活動内容 ·茶話会

・脳トレ

参加費用 参加費無料

ふまねっとは、脳トレ・筋トレ こつながり転倒予防・認知症 予防を兼ねて和気あいあいで 楽しんでいます。

4 サロンなかよし東

活動場所 島松憩の家

活動日・時間 木曜日 10:00~12:00

·茶話会

・いきいき百歳体操 活動内容・かみかみ百歳体操

参加費用 1ヶ月 100円

いきいき百歳体操を通じ ひとこと
て、健康づくりと仲間づく りの楽しいサロンです。

サロン憩いの広場

活動日·時間

5月~9月:島松憩の家駐車場 10月~4月:島松憩の家集会室 5月~9月:毎日 6:30~7:00 ※日祝除く 10月~4月:每週木曜日 13:00~14:00

ラジオ体操 ・みんなの体操

·茶話会 参加費用 夏期参加者のみ年会費 300円

ラジオ体操を通じて、健 康づくりと仲間づくり、交 ひとこと 流会話の場に。

6 にこにこサロン

活動場所 柏陽憩の家

活動日・時間 金曜日 13:30~15:00

いきいき百歳体操 ・かみかみ百歳体操 ・ふまねっと ・脳トレ ·呼吸法·茶話会

参加費用参加費無料

活動内容

年1度12月最後の日に ひとこと 昼食会をしています。

さくらクラブ

活動場所 柏陽憩の家

活動日・時間 土曜日 10:00~11:30

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 活動内容 ・しゃきしゃき百歳体操

茶話会 参加費用 参加費無料

新メンバー募集中! 気軽に寄って下さい。 ひとこと 皆で待ってます。

サロンことぶき

活動場所寿町会館

活動日·時間 火曜日 9:00~12:00

・いきいき百歳体操

・しゃきしゃき百歳体操 活動内容 ・かみかみ百歳体操・茶話会

歌謡合唱 ・スンドコ節 等

参加費用 1ヶ月 100円

会員は60名弱で平均参 ひとこと 加人数は35名です。

サロンおはよう広場

活動場所 5月~9月:おはよう広場 10月~4月:寿町会館 活動日·時間 5月~9月:月·金 6:30~7:00 10月~4月:毎週土曜日 9:30~10:30 5月~9月:月・金 6:30~7:00

・ラジオ体操(第1・2) 活動内容・みんなの体操

参加費用 年会費 300円

一緒に体力作りをしませ ひとことんか。メンバー募集中。

いきいきサロン

活動場所 北柏木会館

活動目·時間 水曜日 10:00~11:00

・いきいき百歳体操 活動内容

・かみかみ百歳体操 ・しゃきしゃき百歳体操

参加費用 参加費無料

毎回、2つの体操を組み ひとこと 合わせて行っています。

ハッピートーク

活動場所幸寿司

活動日・時間 第4木曜日 10:30~12:30

·親睦交流 介護についての 活動内容

情報交換

参加費用 参加費無料

> 介護されてる方々が心 を打ち解けて話せる、聞 いてもらえる場所です。

(3) 島松いきいき元気サロン

活動日・時間 木曜日 10:00~12:00

活動場所 島松公民館

活動内容・お口の体操

お気楽サロン

活動場所 島松市民センター

活動日・時間 月曜日 9:00~12:00 ・いきいき百歳体操

・かみかみ百歳休操 ·茶話会·お手玉体操 ・いろいろなゲームなど

参加費用 1ヶ月 100円

1人暮らしの人が多いので、 おしゃべりの時間を増やし 声を出す事を大切にしてい

ます。

島松あさひクラブ

会 場 島松憩の家

住 所 島松東町1丁目1-15

下島松老人クラブ

5 島松寿さわやかクラブ

会 場 寿町会館

住 所 島松寿町2丁目24-3

会 場 中島松地域交流施設

北栄クラブ

住 所 中島松222-4

6 中島松さくら会

参加費用参加費無料

気軽に参加して身体を動 かし楽しかったと感じる サロンを目指しています。

14) ふれあいサロンフレンド

活動場所グループホームこもれびの家隣 活動日・時間 木曜日 10:00~13:00

・いきいき百歳体操

活動内容・かみかみ百歳体操 ·茶話会 ·合唱

参加費用 1回100円

皆さん肩を寄せ合い アットホームな雰囲気で 楽しんでいます。

・いきいき百歳体操

・ツボマッサージ等

活動場所本誓寺

活動日・時間 月1回 23日 10:30~12:00

いきいき百歳体操

参加費無料 参加費用

女性の参加者が多く、楽し ひとこと くやっています。

10 夢サロン

活動場所夢創館

活動日・時間 月2回月曜日 10:00~11:30

・いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 活動内容 ・脳トレ・健康講話

参加費用参加費無料

地域に関係なくどなた

ひとことでもお越し頂けます。

8

会 場 北栄会館

住 所 北島215

会場 柏陽憩の家

柏陽若草会

住 所 柏陽町1丁目26

ほんがんサロン

·茶話会