

# 高齢者サロン

令和7年度参加者  
募集募集中

# ひなたぼっこ

第1月曜日は、ゆったりゆったりサロンです。はじめと最後に体操、好きな時間を過ごしていただく楽しいサロンです。どうぞ、お気軽にご参加ください。

第4火曜日はアクティブひなたぼっこと称してボッチャなどの体を動かす時間を過ごします。

■日時： 第1月曜日 14時～15時30分

アクティブ 第4火曜日 14時～15時30分

※7/22（休館日）9/23 8月と1月はお休み

■会場： 東永谷地域ケアプラザ2階 多目的ホール

■対象： 65歳以上で、ご自分で会場までお越しになれる方

■申込： ケアプラザまでご連絡ください。

※定員を超えた場合は抽選になります。

## <令和7年度>

8月は  
お休みです

4/  
7・22

5/  
5・27

6/  
2・24

7/  
7

9/  
1

10/  
6・28

11/  
3・25

12/  
1・23

1月は  
お休みです

2/  
2・24

3/  
2・24

申込・問合せ 東永谷地域ケアプラザ

住所：東永谷 1-1-12（南高校隣り）

電話：826-1097

担当：杉本 角田

