



# サロンの紹介



サロンでは、お茶を飲んでおしゃべりをしたり、軽い運動やレクリエーションなどを行っています。気軽にご参加ください。

令和6年4月

## 【西小学校区】

1	わいわい広場	第1土曜日又は 第2火曜日	10時30分～12時	参加費	
	川手畑公民館	地域社会の良い交流と楽しい町づくりを目指す!!		無料	
2	わいわい広場 (カラオケ)	第1土曜日	10時30分～12時30分	参加費	
	くつろぎ苑	カラオケで青春時代! しゃべって歌って、ダイエット、若返り、認知症予防!!		無料	
3	運動サロンひまわり	毎月2回 木曜日	13時30分から15時	参加費	
	くつろぎ苑	みんなで 笑って・動いて・輝いて、健康寿命をのばしあおう!		無料	
4	かがやきウォーキング 倶楽部	第3金曜日	9時30分～11時30分	参加費	
	コースによって変更	ウォーキング(か)活動で、(が)頑張ってます。心が(や)やすらぎ、(き)気分爽快! 地域の歴史などを学びながらウォーキングをします。夏の暑い時期は屋内で体操を行います。			
5	らく楽サロン～tasuki～	第1・3水曜日	19時30分～21時	参加費	
	西小学校体育館	ヨガやリズム体操、ソフトバレーボールをやっています。地域の方と沢山笑って、みなさんと一緒に心から楽しむサロンです。 ※女性限定です。		100円	
6	グッドネイバース	第2・4金曜日	19時30～21時30分	参加費	
	西小学校体育館	地域の交流を深めるために、多世代でスポーツレクリエーションをしています。		無料	
7	みやまちサロン	第3木曜日	10時～12時	参加費	
	西町民センター	茶話会、講師を招いての勉強会、七夕・クリスマス・お正月など季節の行事の飾り作り等の屋内活動を行っています。		100円	
8	いけいけ運動サロン	第1木曜日	10時～12時	参加費	
	西町民センター	健康で生き甲斐のある楽しい生活をめざし、椅子を使用した健康体操や、簡単なグランドゴルフなど、皆で笑って過ごしましょう。		100円	

9	くつろぎ ローズ・サロン	第2火曜日	13時30分～15時	参加費	
	くつろぎ苑	お茶をのみに来てね♡ カラオケ・脳トレ・体操もやれるよ！		100円	
10	チャレンジサロン～tasuki～	第2火曜日	19時～20時30分	参加費	
	南町民センター	指先を使い創造力を養うことにより脳の活性化を 促成させましょう。大正琴、着付け、パッチワーク などを企画しています。		無料	
11	四番地支援隊	第4土曜日	10時～11時30分	参加費	
	カルダン(喫茶店)	グラウンドゴルフの後に、喫茶店でおしゃべりして います。皆様のご参加をお待ちしています。		100円	
12	ぎなんプレーパークの会	第1土曜日 (変更有)	11時頃～15時頃	参加費	
	八剣神社	子どもにとって大切な『おもいっきり遊べる場づく り』をして提供しています。やりたいことをしてい る子ども達の笑顔と真剣な顔はとてもイキイキし ています。もちろん大人も！		無料	

順不同

問:岐南町社会福祉協議会  
058-240-2100