

☆サロン花ざかい☆

「ニュースポーツ」「太極拳」「NOSS(ノス)」など、身体を動かすメニューを通して、みんなと一緒に ココロもカラダもリフレッシュ♪ 健康維持をめざしましょう！

申込み不要！

◆令和8年度 月別の日程◆

日時：毎月第2木曜日

4/9 5/14 6/11 7/9

午前10時～午前11時30分

8/13 9/10 10/8 11/12

場所：中部福祉センター 集会室(1階)

12/10 1/14 2/11 3/11

対象：市内在住の60歳以上の人、18歳以上の障がいのある人

地域福祉活動やサロン活動に関心のある人

運動靴で
ご参加
ください

【問い合わせ先 中部福祉センター ☎76-0090】



「太極拳」の様子

※裏面に令和8年度日程一覧表を掲載しています。

令和8年度「サロン花ざかい」日程一覧表

毎月第2木曜日 10:00～11:30 集会室

月 日	主な内容（予定）	協力者
4月9日（木）	ニュースポーツ	澤 幹雄 氏
5月14日（木）	太極拳	長沢 康子 氏
6月11日（木）	NOSS（ノス）	岡本 良子 氏
7月9日（木）	ニュースポーツ	澤 幹雄 氏
8月13日（木）	太極拳	長沢 康子 氏
9月10日（木）	NOSS（ノス）	岡本 良子 氏
10月8日（木）	ニュースポーツ	澤 幹雄 氏
11月12日（木）	太極拳	長沢 康子 氏
12月10日（木）	NOSS（ノス）	岡本 良子 氏
1月14日（木）	ニュースポーツ	澤 幹雄 氏
2月11日（木）	太極拳	長沢 康子 氏
3月11日（木）	NOSS（ノス）	岡本 良子 氏