

2025年度手賀野地区健康サロン開催計画

手賀野地区健康サロンは、コロナ禍以降開催中止しておりましたが、8月より再開致します。2025年度は以下の通り計画致しますので、皆さん誘い会ってご参加頂き、手賀野地区を元気な地区にしていきましょう。

実施日	内 容
8月4日 (月)	～健康体操・笑いヨガ～ 講師:紀平様ご夫婦
9月8日 (月)	～レクリエーション～ 講師:西在宅支援センター(二村氏)
10月6日 (月)	～音楽療法～ 講師:長瀬 郁子氏
11月10日 (月)	～レクリエーション～ 講師:市レクリエーション協会(田口氏)
12月8日 (月)	～バルーンアート～ 講師:園原 緑氏
1月19日 (月)	～回想法 昔と今の中津川～ 西まちづくり協議会
2月16日 (月)	～一緒に歌を歌いましょう～ 講師:松原 橋子氏
3月16日 (月)	～レクリエーション～ 講師:西在宅支援センター(二村氏)

※都合により、内容変更となる場合がありますのでご了承ください。

開催場所：2区 下組クラブ

時 間：午後1時30分～2時30分

健康サロンの運営は、各区の手賀野運営委員会役員と民生児童委員・地域福祉推進委員が持回りで担当します。

問合せ先：手賀野地区運営委員会健康推進委員長 萩 義弘（上区区長） ☎080-2638-5788
（もしくは、各区の民生児童委員）