

益世

※内容が変更になることがあります

	月		火		水		木		金		土		日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第1週	防災茶話会		さんさん		益々元気体操の会									
第2週			さんさん		益々元気体操の会			きいろい おうちカフェ						
第3週			さんさん		益々元気体操の会									
第4週			さんさん		益々元気体操の会									
第5週			さんさん		益々元気体操の会									
不定期 開催	移動宅老所 ○10:30~11:30 ●13:30~14:30		立坂神社		●5/10、○7/7、○9/15、●10/11、○2/23									
			玉三稲荷		○5/26、●7/12、●9/6、○11/17、○2/16									
			走井山会館		●6/14、○8/25、○10/13、○1/19、○3/23									
			西川成集会所		●6/22、○8/18、●10/4、○1/26、○3/16									
			大福自治会館		●9/13、●11/8									
			きいろいおうち		○5/19、○7/14、○2/9									
	おうちごはんの料理教室		4月、5月、7月、10月、11月、2月											
定期開催	霞公園ラジオ体操会				毎日									
	名称		時間		場所	対象	参加費	内容				平均参加 人数		
開催時間	宅老所 さんさん		10:00~16:00		旧幼稚園	益世地区内 概ね65歳以上	¥0	介護予防教室、音楽療法、朗読会 等				10		
	移動宅老所 (6ヶ所)					益世地区内 概ね65歳以上	¥0	音楽療法、医師による健康講座						
	益々元気体操の会		10:00~11:30		旧幼稚園	益世地区内 概ね65歳以上	¥0	ペットボトル体操、桑名いきいき体操 等				20		
	きいろいおうちカフェ		13:30~15:00		新地	市内	¥300	茶話会				15		
	おうちごはんの料理教室		10:30~14:00		旧幼稚園	益世地区内 概ね65歳以上男性	¥500	料理、自主企画 等				15		
	小野山防災茶話会		9:30~11:30		益世公民館等	市内	¥200	茶話会・体操・防災に関する話 等				10		
	霞公園ラジオ体操会		6:30~6:40		霞公園	誰でも	¥0	ラジオ体操				8		

益世地区 通いの場

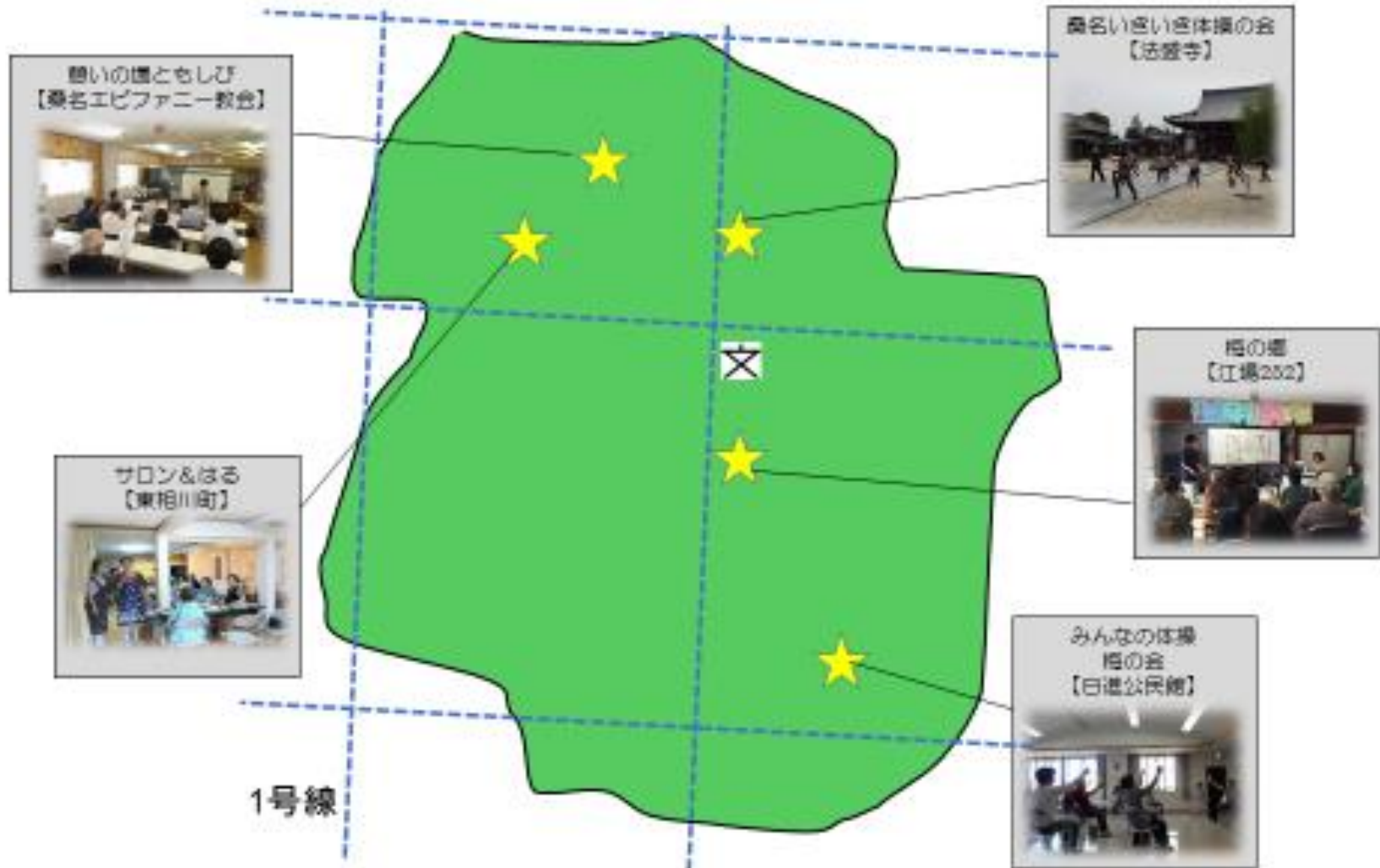


日進

※内容が変更になることがあります

	月		火		水		木		金		土		日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第1週					梅の郷		サロン&はる		梅の会				いきいき 体操の会	
第2週					梅の郷		サロン&はる ともしび		梅の会				いきいき 体操の会	
第3週					梅の郷		サロン&はる		梅の会				いきいき 体操の会	
第4週					梅の郷		サロン&はる ともしび		梅の会				いきいき 体操の会	
第5週					梅の郷		サロン&はる						いきいき 体操の会	
	名称		時間		場所	対象		参加費	内容				平均参加 人数	
開催時間	宅老所 梅の郷		10:00~16:00		江場252	日進地区内 概ね65歳以上		¥0	介護予防教室、音楽療法、健康体操 等				20	
	サロン&はる		10:00~15:00		東相川町	誰でも		¥500 ★ ¥500	お話、クイズ、音楽鑑賞・演奏 等				18	
	みんなの体操梅の会		10:00~11:00		日進公民館	日進地区内 概ね65歳以上		¥0	ペットボトル体操、桑名いきいき体操 等				30	
	憩いの場ともしび		10:00~16:00		一色町	60歳以上		¥0 ★¥300	コーラス、川柳、創作活動 等				17	
	桑名いきいき体操の会		9:00~9:30		法盛寺	新町・萱町・伝馬町 60歳以上		¥0	桑名いきいき体操				20	

日進地区 通いの場



城南

※内容が変更になることがあります

	月		火		水		木		金		土		日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第1週			そよかぜ		リフレッシュ体操 の会			安永ふれあいカフェ	そよかぜ		かいす コーヒー			
				nagomi				立田町サロン						
第2週			そよかぜ		リフレッシュ体操 の会			小貝須浜 ふれあいサロン	そよかぜ		かいす コーヒー			
				nagomi					太平町サロン					
第3週			そよかぜ		リフレッシュ体操 の会			小貝須柳原 いきいきカフェ	そよかぜ		かいす コーヒー			
				nagomi										
第4週			そよかぜ		リフレッシュ体操 の会				そよかぜ		かいす コーヒー			
				nagomi										
第5週			そよかぜ		リフレッシュ体操 の会				そよかぜ		かいす コーヒー			
				nagomi										
	名称		時間		場所	対象		参加費	内容				平均参加 人数	
開催時間	宅老所 そよかぜ		10:00~16:00		和泉	城南地区内 概ね65歳以上		¥0	健康体操、音楽療法、俳句、茶話会 等				10	
	リハ`リテ`イ`ビ`snagomi 健康ケア教室		14:00~16:00		江場	・要支援、フェックリスト該当 ・一般高齢者		¥200	ヨガ、運動 等				15	
	リフレッシュ体操の会		10:00~11:30		城南公民館	城南地区内 概ね65歳以上		¥100	ペットボトル体操、桑名いきいき体操 等				30	
	安永ふれあいカフェ		13:30~15:00		安永 文化会館	安永地区内誰でも		¥100	茶話会 等				25	
	小貝須浜ふれあいサロン		13:30~15:00		小貝須浜 集会所	小貝須浜、本村地区内 概ね65歳以上		¥100	シニアヨガ、クノンボール、レク、茶話会 等				25	
	小貝須柳原いきいきカフェ		10:00~12:00		小貝須柳原 集会所	小貝須柳原地区内 60歳以上		¥100	桑名いきいき体操、茶話会 等				20	
	太平町サロン		13:30~15:00		太平町 集会所	太平町地区内 60歳以上		¥0	ラジオ体操、茶話会				10	
	かいすコーヒー		9:00~12:00		大貝須	誰でも		¥300	茶話会（喫茶スペース）				30	
	立田町サロン		13:00~15:00		立田町 集会所	立田町地区内 誰でも		¥0	茶話会				10	

城南地区 通いの場



城東

※内容が変更になることがあります

	月		火		水		木		金		土		日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第1週														
第2週												地蔵元気 クラブ		
第3週														
第4週												地蔵元気 クラブ		
第5週														
	名称		時間		場所	対象		参加費	内容				平均参加 人数	
開催時間	地蔵元気クラブ		13:30~16:00		地蔵集会所	地蔵地区内誰でも		¥500/年	桑名いきいき体操、茶話会 等				15	

城東地区 通いの場

