

部田地区を元気に！

改訂版

令和8年度

TOGOまちかど運動教室

申込み不要

部田地区の元気と、地域の繋がいをつくるため

皆様に気軽にお越しいただける

「通いの場」の1つとなる運動教室を開催します。

休憩中はおしゃべりを楽しんだり、

時々ミニ講座などを開催します！



日 程

4月9日(木)	4月23日(木)	5月14日(木)	5月28日(木)
6月11日(木)	6月25日(木)😊	7月9日(木)	7月23日(木)
8月6日(木)	8月27日(木)	9月10日(木)	9月24日(木)😊
10月8日(木)	10月22日(木)😊	11月12日(木)	11月26日(木)
12月10日(木)	12月24日(木)	1月14日(木)	1月28日(木)
2月4日(木)	2月25日(木)	3月11日(木)😊	3月25日(木)◎

上記😊印 栄養講話：6月25日、体力測定：9月24日
回想法：10月22日、お口の健康：3月11日
上記◎印 社会参加ポイント交換会

場 所	部田コミュニティセンター 2階ホール
活動内容	健康運動指導士、シニアリーダーによる体操他
対 象	65歳以上の町内在住者
時 間	午後1時30分～午後2時45分 (午後1時15分頃から受付開始)
料 金	無料
持 ち 物	室内履き運動靴、水分補給用水分、社会参加ポイント手帳

【問合せ】東郷町役場 高齢者支援課 ☎0561-56-0753(直通)