

市内在住のおおむね 65 歳以上の方対象。無料・予約不要

令和8年度 健康レク会

場所	けやきテラス(豊明団地商店街内:二村台3-1-56)
開催日	第4金曜日 13:00~14:30(コーラス練習 14:00~)
持ち物	飲み物

日付	内容	コーラス	講師
4月24日	回想法	○	小菅もと子
5月22日	あなたに似合う色は何色?	○	長寿課
6月26日	音楽療法	なし	瀧 敬子
7月24日	輪投げを作ろう	○	川上 友美(藤田医科大学)
8月28日	ムジカの会コンサート	○	ムジカの会
9月25日	輪投げで遊ぼう	○	川上 友美(藤田医科大学)
10月23日	ハロウィン 椅子ヨガ	○	深津 美香
11月27日	はじめよう! 朝たんぱく質習慣:朝たん	○	こまの会
12月25日	クリスマス会	なし	カピチャンズ
1月22日	ボッチャ	○	スポーツ推進委員
2月26日	健康体操	○	外山 良子
3月26日	モルック	○	スポーツ推進委員

問合せ ふじたまちかど保健室 0562-95-0311(平日10:00~15:00) 豊明市役所長寿課 0562-92-1261(平日8:30~17:15)

令和8年2月長寿課