

地域の仲間と一緒に運動できる通いの場 いきいき百歳体操

地区の皆さんが中心となって、各地区の公民館に週1回40分程度集まり、筋力をつける体操を行っています。体操をしながらおしゃべりをしたり、体操の後に茶話会をしたり、楽しく継続できます。

●対象者：市内在住のおおむね65歳以上の方

実施中の地区 令和3年1月現在

曜日や時間に変更になる場合があります。詳細は下記までお問い合わせください。

神埼町(16地区)			千代田町(16地区)			脊振町(5地区)		
地区	曜日	開始時間	地区	曜日	開始時間	地区	曜日	開始時間
二丁目	毎週火または水	9:30～	黒津	毎週水	10:00～	広滝東	第2・3月	14:00～
三丁目	毎週火	13:30～	下神代	毎週水	10:00～	広滝西	第2・4水	10:00～
四丁目	毎週火	9:30～	中津	毎週金	10:00～	広滝下	第2・4火	14:00～
協和町	毎週木	14:00～	柴尾	第1・3金	10:00～	岩屋政所	第1・3金	10:00～
神陽団地	毎週木	13:30～	上直島	第1～4水	14:00～	倉谷	毎月10,20,30日	13:30～
大門	毎週木	10:00～	姉	毎週火	13:30～			
本堀(第1公民館)	第2・4水	10:00～	姉団地	毎週月	10:00～			
本堀(第2公民館)	第1・3月	10:00～	新宿	毎週金	10:00～			
駅通り	毎週水	14:00～	下黒井	毎週金	14:00～			
平ヶ里南	毎週木	14:00～	丁太田	第2・4木	10:00～			
池辺田	毎週木	13:30～	下板	毎週木	9:30～			
山田	毎週水	14:00～	藤西	毎週火	10:00～			
姉川上分	毎週木	9:00～	原の町	毎週木	13:30～			
姉川東分	第2水・第4金	10:00～	下犬童	毎週火	14:00～			
尾崎西分	第2・4月	13:30～	川崎	毎週火	13:30～			
的	毎週水	10:00～	仲田町団地	毎週木	13:30～			



毎週みんなと会うのが
楽しみです。

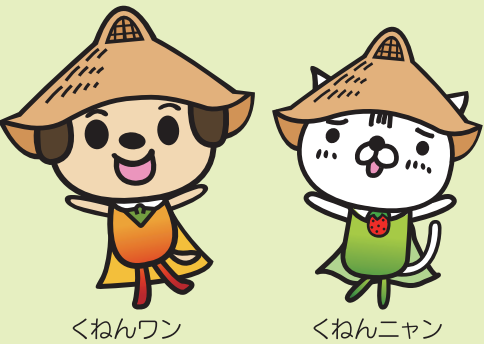
まずは2～3名の
仲間からでも
始めてみませんか？

「私たちの地区でも実施したい」と思われた方は、職員が公民館へ出向き、お試し体験や説明を行います。お気軽に各おたっしや本舗へご連絡ください。

問い合わせ先 高齢障がい課 ☎0952-37-0111

地域のつながりをつくる通いの場 つどいカフェ

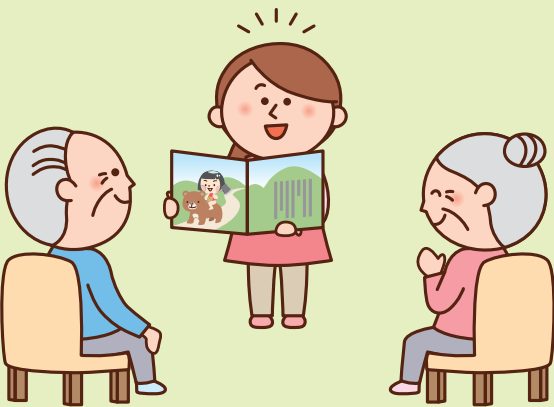
「よらんね神埼(協議体)」のメンバーと市民の皆さんと一緒に、「住民同士で支え合う地域づくり」のための活動をする交流の場です。交流を通して、地域の皆さんと仲を深めることができます。



協議体とは

住民が主体となり、地域づくりについて話し合う場です。高齢者になっても暮らしやすい神埼市を目指し、意見を出し合っています。協議体のメンバーも募集しています。

- 開催日：偶数月の第1土曜日
- 時 間：13時30分～15時30分
- 場 所：神埼市中央公民館 第1研修室
- 参加費：一人100円
- 内 容：いきいき百歳体操、折り紙、読み語り、脳トレ など
- 送 迎：なし



千代田町で実施している「**きらっと☆カフェ**」、脊振町で実施予定の「**脊振お茶会**」も、今年度中の開催に向けて準備をしています。決定次第、回覧などでお知らせします。



問い合わせ先 高齢障がい課 ☎0952-37-0111