

体操サロンが変わります

▶ 問合せ 役場福祉課 ☎ 72-1111
ゆめフルたけとよ
スポーツクラブ ☎ 84-1100

新型コロナウイルス感染防止の観点から新しい生活様式に沿った、『青空体操サロン』として各会場の駐車場で実施していましたが、「以前のように屋内で体操をやりたい」という声もあり、4月からは屋外だけではなく、各会場内でも体操サロンを実施します。

令和4年度 体操サロンについて

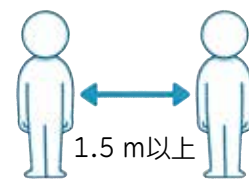
- 各会場内で1時間程度の簡単なストレッチ体操や筋力アップ体操を行います
- どの会場でも自由に参加できます
- 予約は不要ですが、屋内で実施する場合は、各会場に定員を設けます
※定員に達した場合は参加をお断りする場合がありますので、ご了承ください
- 新型コロナウイルス感染症の状況により、開催を中止する場合や屋外で時間を短縮して実施する場合があります
※緊急事態宣言やまん延防止等重点措置が適用されている場合、その他感染が拡大していると判断された場合は、屋外で実施します
※屋外で実施する場合は、乾燥注意報を除く警報・注意報発表時は開催を中止します
(受付2時間前～開催中に警報・注意報が発表されると中止になります)



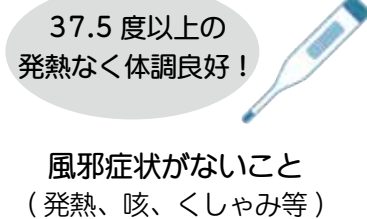
体操サロン参加におけるお願いごと



マスクの着用



互いの間隔をあける



風邪症状がないこと
(発熱、咳、くしゃみ等)

体操を通じて、楽しく健康づくりをしませんか？皆様のご参加をお待ちしています！

会場名	定員	日にち	受付時間	料金	主な内容
玉貴会場(玉貴老人憩の家)	30人	4月7・21日(木)	10:00~11:00	無料	ストレッチ体操、筋力アップ体操等
下門会場(下門区公民館)	20人	4月7・14・21・28日(木)	13:30~14:30		
富貴会場(富貴公民館)	20人	4月7・14・21・28日(木)	10:00~11:00		

持ち物 上靴(室内シューズ)、マスク、お茶、タオル、動きやすい服装
出席表(初回参加時にお渡しします)

対象 65歳以上で会場に自分で来られる人、医師からの運動制限をされていない人



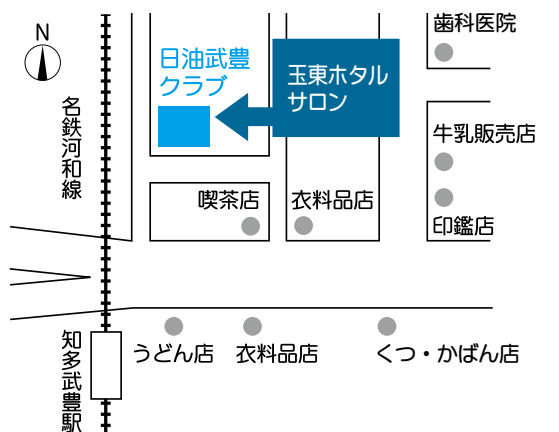
サロン名	場所	日にち	時間	参加費(お土産代)	持ち物
大足サロン	大足老人憩の家	4/19(火)	13:30~14:30	100円	飲み物 ※脱水等の予防のため各自お持ちください
玉貴サロン	玉貴老人憩の家	4/14(木)	13:30~14:30	100円	
上ヶいきいきサロン	上ヶ公民館	4/27(水)	10:00~11:00	—	
馬場サロン	砂川会館	4/21(木)	13:30~14:30	100円	
富貴サロン	富貴公民館	4/5(火)	13:30~14:30	100円	
東大高サロン	東大高公民館	4/12(火)	13:30~14:30	100円	
北山サロン	くすのきホール(くすのきの里)	4/18(月)	10:00~11:00	100円	
下門八幡さわやかサロン	下門区公民館	4/4(月)	10:00~11:00	100円	
小迎サロン	小迎公民館	4/19(火)	10:00~11:00	—	
中山ふれあいサロン	中山公民館	4/15(金)	10:00~11:00	100円	
市場神宮さくらサロン	市場公民館	4/27(水)	10:00~11:00	100円	
みどりサロン	緑区区民館	4/22(金)	13:30~14:30	100円	
竜宮サロン	富貴市場公民館	4/20(水)	13:30~14:30	—	
玉東ホテルサロン	日油武豊クラブ	4/15(金)	14:00~15:30 (準備片付け含む)	—	



この度、玉東地区に新しくサロンが出来ました。自分の事は自分で行い、みんなで一緒にサロンでやりたいことを考えていく新しいサロンです。
みんなでサロンを作っていきます！

※玉東ホテルサロンには**駐車場がありません**
公共交通機関もしくは徒歩でお越しください

《会場案内》



《憩いのサロン参加におけるお願いごと》

～新型コロナウイルス感染症対策の為、参加される際はご協力をお願いいたします～

参加する会場は1会場まで、複数会場への参加はご遠慮ください

- マスクを着用してください
- 自宅から近い会場(目安:歩いて行けるくらいの距離)に行ってください
- 各会場定員があります。定員に達した際には参加をお断りする場合があります
- 37.5度以上の発熱や咳、くしゃみ等の風邪症状がある人は参加をご遠慮ください

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては中止となる場合があります
(中止の場合、各施設入口へ掲示)