



平尾連区だより



発行元：平尾連区

平尾連区のことをもっとお伝えしたい！今回は「健康体操クラブ銀木星」の紹介です。



こんにちは。『健康体操クラブ銀木星』代表の加藤です。
健康体操クラブ銀木星は、平尾地区市民館で毎週月曜日の13時30分から約1時間、音楽に合わせた色々な体操を中心に仲間で楽しいひと時を過ごしております。特に月に2回は講師の先生をお招きし、基本のストレッチで体をほぐしたり、曲に合わせた体操を行っています。



こんにちは。『健康体操クラブ銀木星』副代表の石田です。
銀木星では、毎年11月に豊川市総合体育館で開催される【健康体操の集い】に参加しており、昨年は『ツバメ』という曲に合わせて体操を披露しました。また、12月には豊川支援学校高等部の2年生と『ツバメ』と一緒に踊り、交流を深めております。



↓ 昨年度【健康体操の集い】『ツバメ』の衣装



体操も衣装も
とても好評でした♪



【健康体操の集い】—昨年度の様子

週一回の体操と交流で、健康維持と仲間づくりを楽しんでいます。私たちと一緒に楽しい時間を過ごしませんか？♪ちょっとのぞいてみたいも大歓迎、興味のある方はいつでもお越しください。
なお、参加費用は年間4000円(前期2000円・後期2000円)です。



平尾連区では多くのグループが社会福祉活動を行っています。皆さんもお気軽にご参加下さい。

- ◆ふれあいサロン平尾(市民館：毎木曜の13時30分～)
☞心身の健康づくり、楽しく介護予防、地域の仲間づくり
- ◆県営平尾サロン(県営住宅集会所：毎月第1火曜)
☞心身の健康づくり、楽しく介護予防、地域の仲間づくり
- ◆財賀ふれあいサロン(ふれあい会館：毎月第1水曜10時)
☞心身の健康づくり、楽しく介護予防、地域の仲間づくり
- ◆駒場の集い(駒場集会所：第4木曜日10時～11時)
☞心身の健康づくり、楽しく介護予防、地域の仲間づくり

- ◆パンダuzziくらぶ(市民館：第1・3水曜日開催)
☞親子で行うリズム体操等で子育てを支援します
- ◆ボランティアグループ幸(市民館：毎週水曜1時30分～)
☞敬老会記念品などの各種作品作り、地域の仲間づくり
- ◆健康体操クラブ(市民館：毎週月曜日13時30分～)
☞ストレッチ体操と親睦
- ◆こども食堂(市民館：毎月第3土曜日11時～)
☞おいしいカレーを食べて、皆で楽しく遊びます

記事へのご意見・ご要望をお待ちします！ ⇒ hiraoshiminkan@cnet-ai.ne.jp

ひらおしみんかん・ひらおしみんかん

嶋名と苗字を添えてご投稿ください

ひらおしみんかん・ひらおしみんかん