





大仙市 中仙地域☆サークル・サロンの紹介

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
中仙はつらつサークル 		豊川さわやかサークル 	中仙さわやか教室 	
毎月第2・4月曜日(13時半～)		毎週水曜日(13時半～)	毎週木曜日(10時～)	
会場:長野分館		会場:豊川分館	会場:中仙農村環境改善センター	
	※参加費(冷暖房費など)がかかる場合や会場・内容等が変更になることがあるよ！		清水健康体操 	
			毎週木曜日(9時半～)	
			会場:清水分館	

14

【主な活動内容】

 主に運動メニュー

 軽体操・レクリエーション

運動の効果を実感！楽しいから続けられます☆



フラワーアレンジメント♪
新しいことにも挑戦しています。



仲間といきいき☆楽しみながら！！
元気づくりをしてみませんか？
「見学・参加してみたい！」という方は、
問い合わせ先までご連絡ください。



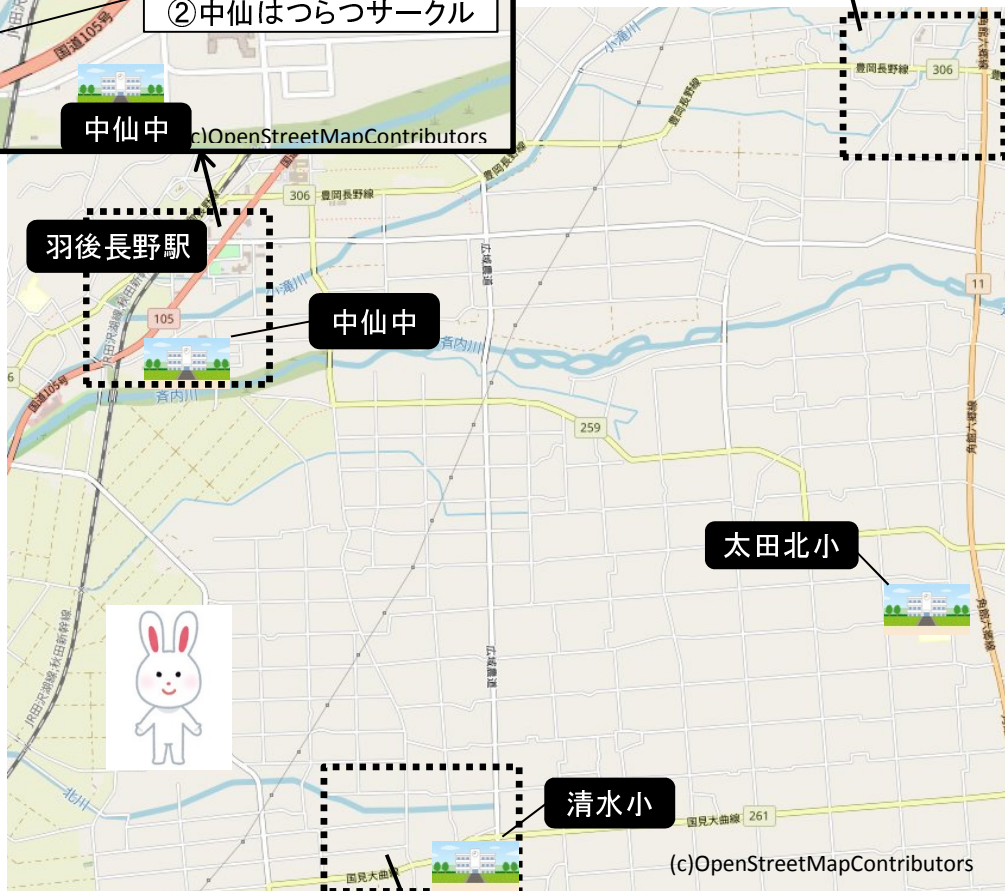
【問い合わせ先】

高齢者包括支援センター東部

電話 0187-56-7125



サークル・サロンマップ【中仙地域】



①中仙さわやか教室



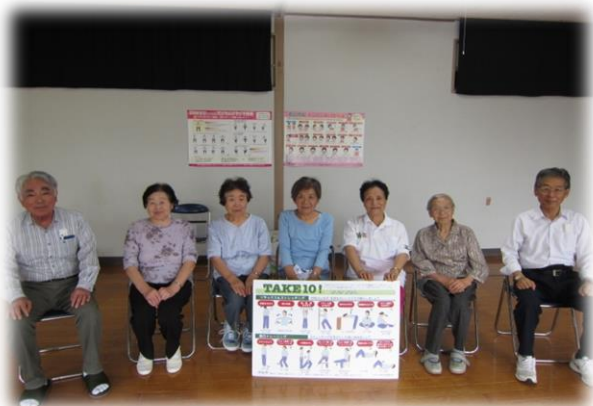
開催日時	毎週木曜日 10:00～11:30
開催場所	中仙農村環境改善センター 大仙市北長野字茶畑108
主な活動内容	運動メニュー

②中仙はつらつサークル



開催日時	毎月第2・4月曜または火曜日 13:30～15:00
開催場所	長野分館 大仙市長野字一ノ坪58
主な活動内容	軽体操・レクリエーション

③豊川さわやかサークル



開催日時	毎週水曜日 13:30~15:00
開催場所	豊川分館 大仙市豊川字久保175
主な活動内容	運動メニュー

④清水健康体操



開催日時	毎週木曜日 9:30~11:00
開催場所	清水分館 大仙市清水字上大蔵126-16
主な活動内容	運動メニュー