


大仙市 西仙北地域☆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
はつらつメンズクラブ ☆ 男 運 月2～3回月曜日(10時～) 会場: 西仙北スポーツセンター	にしせんぼくはつらつサークル レ 毎月第1火曜日(13時半～) 会場: 西仙北スポーツセンター他		荒屋敷シニアくらぶ レ 毎月第1火曜日(13時半～) 会場: 西仙北スポーツセンター他	
強首さわやかサークル 運 毎週月曜日(13時半～) 会場: 強首地区公民館				※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！

【主な活動内容】

運 主に運動メニュー **レ** 軽体操・レクリエーション ☆**男** 男性限定

みんなで集まることで、運動を続けられています☆



新しいことにもチャレンジしながら、認知症予防に取り組んでいます♪

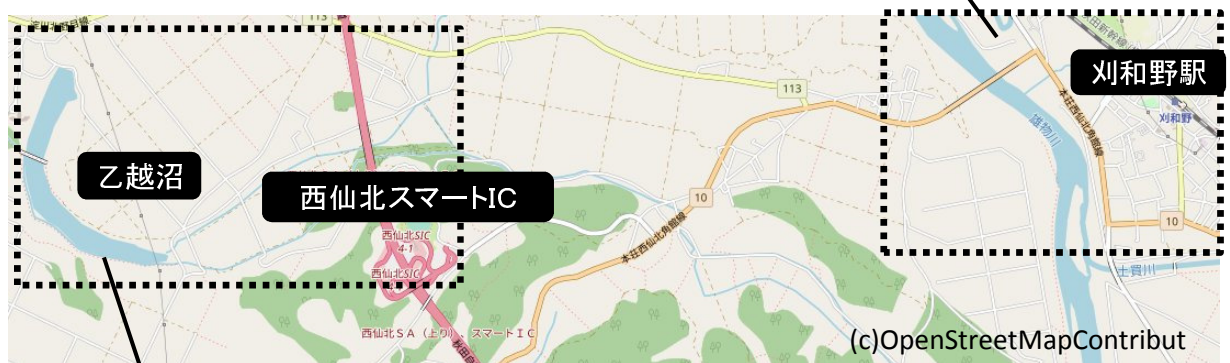


仲間といきいき☆楽しみながら！！
 元気づくりをしてみませんか？
 「見学・参加してみたい！」という方は、
 問い合わせ先までご連絡ください。

【問い合わせ先】
 高齢者包括支援センター西部
 電話 0187-87-3970



サークル・サロンマップ【西仙北地域】



①はつらつメンズクラブ



開催日時	月2~3回月曜日 10:00~11:30
開催場所	西仙北スポーツセンター 大仙市刈和野字小野17番地の1
主な活動内容	運動メニュー ※男性限定

②荒屋敷シニアくらぶ



開催日時	毎月第1木曜日 10:00~11:30
開催場所	西仙北スポーツセンター 他 大仙市刈和野字小野17番地の1
主な活動内容	軽体操・レクリエーション

③にしせんぼくはつらつサークル



開催日時	毎月第1火曜日 13:30~15:00
開催場所	西仙北スポーツセンター 他 大仙市刈和野字小野17番地の1
主な活動内容	軽体操・レクリエーション

④強首さわやかサークル



開催日時	毎週月曜日 13:30~15:00
開催場所	強首地区公民館 大仙市強首字上野台1番地
主な活動内容	軽体操・レクリエーション