

町内の
皆さまへ

参加して
みませんか？

活動の場についてのご案内

豊浦町内では、お元気でお過ごしいただけるためのさまざまな活動があり、いきいきと楽しく取り組んでいます。
月々の活動内容は以下のとおりです。

活動名	活動内容	参加要件	実施場所	実施日（曜日、時間）	お問い合わせ先
とようら 大学	・防犯教室 ・避難訓練 ・習字 ・手芸など	60歳以上	中央公民館	月1回 (第3金曜日10:00 ~12:00)	教育委員会 社会教育係 ☎83-2239
はつらつ 運動教室	・ストレッチ 体操 ・筋力アップ 体操	65歳以上	しおさい温泉 大広間	月2回 (火曜日10:00 ~11:30)	はつらつ運動 教室の会 地域包括支援 センター ☎82-3845
いきいき サロン	・介護予防 (運動, 仲間 づくりなど)	65歳以上	・本町 ・大岸 ・礼文華	月1回 (10:00~) ・本町: 第2金曜日 ・大岸: 第4金曜日 ・礼文華: 第3木曜日	社会福祉協議会 ☎83-2662
地域サロン	・介護予防 (運動, 仲間 づくりなど)	65歳以上	・高岡第一自治会 ・船見ヶ丘西, 東 自治会 ・旭町自治会 ・第7, 第8自治会	月1回 (1時間程度)	各自治会 社会福祉協議会 ☎83-2662
ふまねっと 運動	・認知, 身体 機能の低下 予防	75歳以上	社会福祉協議会	月1回 (1時間程度) ※12~3月のみ	社会福祉協議会 ☎83-2662

参加を希望される方は、各窓口へお問い合わせください。