

40

お茶しませんかサロン

 会場 上浜南部公民館
(上浜町 373)

 開催日 第1・第3水曜日
10:00~12:00

 対象者 65歳以上

参加人数 13~15名

 参加費 100円

活動内容・PR

- ・タオル体操、小物作り、みたらし団子、お好み焼き、とん汁、どら焼き、皆さんで話し合い作ります。



41

星崎☆スマイル体操愛好会

 会場 星崎コミュニティセンター
(元鳴尾町 1)

 開催日 毎週月曜日
10:00~12:00

対象者 65歳以上

 参加人数 40名

 参加費 300円 (1か月)

活動内容・PR

- ・スマイル体操、筋肉作り、百歳体操重りを使って筋肉トレーニング、タオル体操等



42

松風グランドゴルフ

 会場 松風公園内
(南区元鳴尾町 231)

 開催日 毎週月・火・木・金

8:00~10:00

 対象者

参加人数 10名程度

 参加費 無料

活動内容・PR

- ・グランドゴルフとおしゃべりで高齢者の健康と生きがいづくり。



43

サロン「だんらん」

 会場 サロン「だんらん」
星崎 1-158

 開催日 日・月を除く毎日
(火曜~土曜)

10:00~15:00

対象者 だれでも

 参加人数 5名~15名

 参加費 100円

活動内容・PR

- ・常設サロン 老いも若さ集えるところみんなの居場所。おしゃべり、物づくり、映画会、絵手紙、ちぎり絵、脳トレ、バランスボール、指圧、ネイル、アロマ等いろいろの食事会も。
- ・ワークショップ、バザーもあります。
- ・コーヒーを飲みながら楽しい時間をごいっしょに。



44

にこにこサロン

 会場 地域子育て支援事業所 2階
(鳴尾 2-15)

 開催日 第3または第4木曜日
10:00~11:30

 対象者 年齢問わず

参加人数 10~15人

 参加費 100円/回

活動内容・PR

・おしゃべりを楽しむ・季節毎にイベントを計画します。将棋・オセロ・卓球・折り紙・塗り絵など、コーナー各々で好きなことを楽しむ。

・気軽に参加してください。



45

わいわいサロンラフテニス

 会場 丹後公園テニス場

 開催日 第1・2・4火曜日
13:00~16:00

対象者

 参加人数 9名

 参加費 300円(1か月)

活動内容・PR

・テニス、体操、おしゃべりなど和気あいあいとしたサロンです。どなた様でもご自由に参加下さい。

