



# みはるまちのサロン【 要田 】

地域のサロンに  
遊びに行ってみませんか？



## ☆ サロンひだまり



- 活動内容 YouTube体操、かみかみ百歳体操
- 開催日時 毎週火曜日／午前9時30分～
- 開催場所 要田交流館大平荘

毎週みんなで協力しながら開催！男性も元気に参加しています！

## ☆ くまがみサロン



- 活動内容 YouTube体操、レクリエーション
- 開催日時 毎週土曜日／午前9時30分～
- 開催場所 要田交流館大平荘

YouTubeから体操を探して楽しく体操しています！

## ☆ サロン庄司



- 活動内容 スマイル元気体操、かみかみ百歳体操 他
- 開催日時 毎月第1・3日曜日／午前9時30分～
- 開催場所 庄司公会堂

冬場で仕事が落ち着くとサロンの回数を増やして元気に活動！

## ☆ 北健康サロン



- 活動内容 百歳体操、かみかみ百歳体操 他
- 開催日時 毎月第2・4日曜日／午後1時30分～
- 開催場所 北成田公会堂

新しくきれいな公会堂に集まって、元気に活動しています！



- 活動内容 茶話会
- 開催日時 毎週水曜日／午後2時30分～
- 開催場所 北成田公会堂

みんなで集まって話をするのが楽しいです！

## ☆ 南成田しゃべっぺサロン



- 活動内容 スマイル元気体操、レクリエーション
- 開催日時 毎週日曜日／午前9時～
- 開催場所 南成田集会所

和やかに開催しています！参加人数も増えてきました！！