

# 安達地区の通いの場の紹介♪



## ①中條通いの場（油井）

◇活動日：毎週木曜日 10：00～

◇場 所：安斎テルさん宅

令和元年から活動開始しています。体操の他に皆と話をしてお茶を飲みながらお昼過ぎまで過ごしています。



## ②はなみずきクラブ（油井）

◇活動日：毎週水曜日 9:30～

◇場 所：油井町集会所

いってみっ会のメンバーで始めました。この地域でいつまでも健康に過ごしていきたいです。



※新規受付要相談

## ③やなぎ会（渋川）

◇活動日：毎週木曜日 13:30～

◇場 所：二本柳集会所

令和4年5月から開始。筋力低下が気になっている二本柳周辺の仲間が13名ほど集まり1時間半ほど軽運動体操しています。



※新規募集中

## ④百歳体操クラブ（渋川）

◇活動日：毎週水曜日 14:00～

◇場 所：渋川住民センター

ほんとの空体操で準備運動してからフラダンスの活動をしています。発表会に向けて頑張っています。



## ⑤米沢百歳体操（米沢）

◇活動日：毎週木曜日 10:00～

◇場 所：米沢会館

令和6年11月から活動開始しました。人と顔を会わせる機会ができて良かったです。



## ⑥えがお貯筋サークル（米沢）

◇活動日：毎週水曜日 13:30～

◇場 所：観音堂集会所

令和6年11月から活動開始しました。運動を通して観音堂地域の方と交流するのが楽しいです。



## ⑦レッツゴー12区クラブ（上川崎）

◇活動日：毎週金曜日 13:30～

◇場 所：12区集会所

来れる方が来て運動しています。つまずきにくなりました。



## ⑧みしまさくら会（下川崎）

◇活動日：毎週金曜日 13:30～

◇場 所：三島会館

令和2年から開始。少ない人数となり男性を誘って活動していこうと考えています。体操の後は、話を楽しく過ごしています。

