

【集いの場】＜荒島地区＞

NO.	名称	活動場所	概要	活動日
1	ヨーガ教室	荒島交流センター	簡単なヨガのポーズで身体をほぐし、筋力アップ。呼吸法とリラクゼーションによりメンタル面もケア。週1回の習慣で若々しい身体と心をつくります。 参加費：月額2,000円	週1回 金曜日 ・19:30～ ・20:30～
2	スローエアロ	荒島交流センター	NPO法人 SPORTIVOひがしいずも老若男女問わず、スポーツ、文化活動を楽しみ、生涯スポーツ社会の実現と、健全で明るく豊かなまちづくりに貢献することを目的に活動しています。 参加費：1回500円	週1回 金曜日 13:30～14:30
3	という工房	荒島交流センター	和服、洋服のリフォーム リフォームの事はもとより世間話にも花が咲きます。参加費：不要	
4	キラキラ女子会	荒島交流センター	今年の活動のテーマは「花と手仕事」です。かわいいお花や多肉植物に癒されましょう！参加費：実費（材料費）	不定期 2～3か月に1回
5	あらしまシニア食堂	荒島交流センター	荒島地区にお住いの一人暮らしの高齢者のみなさん！月1回第2木曜日のお昼に、美味しいランチとアフターコーヒーなどをご用意しています。是非お出かけください。 ランチ：300円 お茶：100円	月1回 第2木曜日 ＊1・2・7・8月は休み

【集いの場】＜荒島地区＞

NO.	名称	活動場所	概要	活動日
6	こけないからだ体操	荒島交流センター	こけないからだ体操 参加費：不要	週1回 木曜日
7	こけないからだ体操荒島町	大西町公会堂	こけないからだ体操 歌レクリエーション（講師あり） 参加費：不要	週1回 水曜日
8	ほっとサロン 西荒島ほっとサロン	西荒島集会所	参加費：不定期	月1回 ※半日実施
9	ほっとサロン 新田ミニサロン	新田町中町農会集会所	参加費：不定期	月1回 第1木曜日 ※半日実施
10	ほっとサロン 川原ミニサロン	川原公会堂	参加費：不定期	月1回 第2木曜日 ※半日実施
11	ほっとサロン 神塚町ふれあいサロン	神塚町公会堂	参加費：3,000円（不定期）	毎月1回 ※半日実施
12	ほっとサロン 大東町ミニサロン	大東町公民館	参加費：不定期	月1回 ※半日実施

〈連絡先〉

安来市社会福祉協議会 本所 安来市飯島町1240-13

TEL：0854-27-7888

FAX：0854-27-7116