

【集いの場】 <能義>

NO.	名称	活動場所	概要	活動日
1	ローラーピラティス教室	能義交流センター	フォームローラーを使ったピラティスを通じて、動きやすく健康な身体作りをしています。フォームローラーは貸し出しします。	隔週木曜日
2	こけないからだ体操 飯生	飯生集会所	こけないからだ体操 大人絵本の読み聞かせ 参加費：要	週1回 木曜日 10：00～
3	ほっとサロン 赤崎町ほっとサロン	赤崎公民館	参加費：100円	月1回 第3水曜日 ※半日実施
4	ほっとサロン ほっとサロン月坂	月坂公会堂	参加費：100円	月1回 第4金曜日 ※半日実施

〈連絡先〉

安来市社会福祉協議会 伯太支所 安来市伯太町安田1687 いきいきの郷はくた内 TEL：0854-37-1432 FAX：0854-37-1258