

【集いの場】＜宇賀荘＞

NO.	名称	活動場所	概要	活動日
1	宇賀荘セラバンド教室	宇賀荘交流センター	・ストレッチ運動 ・セラバンド体操 ・歌	週1回 金曜日
2	宇賀荘健康を楽しむ会	宇賀荘交流センター	・健康ウォーキング 地区内 年1回 ・健康講座 ・ミニスポーツ大会 小学校体育館 年1回 ・グランドゴルフ大会 小学校校庭 年1回	不定期
3	ほっとサロン 佐久保町ミニサロン	佐久保町生活改善センター	参加費：1,000円	月1回
4	ほっとサロン 折坂ミニサロン	折坂公会堂	参加費：200円	月1回 第3金曜日 ※半日実施
5	ほっとサロン 宇賀荘にっこり会	宇賀荘交流センター	参加費：不定期	月1回 ※全日実施
6	宇賀荘JC連和会 宇賀荘	宇賀荘交流センター	こけないからだ体操 歌・脳トレゲーム・折り紙 時々話題について 参加費：不要	週1回 月曜日 13:30～ ※階段昇降あり。

〈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