

# 5月

## 令和5年

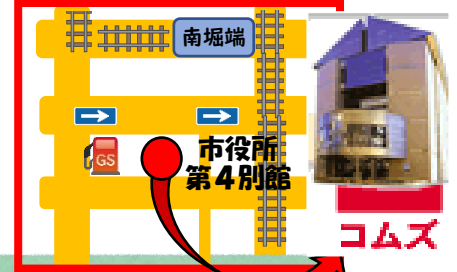
# まちなかサロン・スケジュール

『まちなかサロン』は高齢者の介護予防、健康・生きがいづくりなどの一環として下記の行事を実施しています。サロンに参加して楽しいひと時を過ごしてみませんか？

毎週 **金** 曜日 受付：13：00～ **※要予約**

場所：コムズ3階 多目的室 松山市男女共同参画推進センター

住所：松山市三番町6丁目4-20



5月  
12日  
(金)

### 『ヨガ』

座ってできるヨガ  
時間：13：30～14：30  
定員：15名



5月  
19日  
(金)

### 『健康体操』

音楽に合わせて体を動かしましょう  
時間：13：30～14：30  
定員：15名



5月  
26日  
(金)

### 『歌声サロン』

ピアノに合わせて歌いましょう♪  
時間：13：30～14：30  
定員：15名



5月5日(金)は祝日のため  
5月は、3回の開催になります。

※開始時間に遅れないようお願いします。 ※キャンセルの方は必ずご連絡ください。

※水分補給のお茶等は各自でご用意ください。 ※動きやすい服装でお越しください。

〒790-0808 松山市若草町8-2

松山市社会福祉協議会 地域支援課

受付：月～金 8時30分～17時

★都合によりプログラムが変更になる場合があります。

メールアドレス

TEL 941-3828 / FAX 941-4408 [salon@matsuyama-wel.jp](mailto:salon@matsuyama-wel.jp)



Webフォーム  
4/3より  
受付開始

お問い合わせ

※今後の新型コロナウイルス感染状況等により、やむを得ず中止となる場合もありますのでご了承ください。

5月まちなかサロン応募用紙 令和5年4月17日(月)必着

★必ず連絡が取れる電話番号  
をご記入ください。

|       |    |   |      |  |
|-------|----|---|------|--|
| 申込者氏名 | 年齢 | 歳 | 住所   |  |
|       |    |   | 電話番号 |  |

|                 |            |              |               |  |
|-----------------|------------|--------------|---------------|--|
| 希望日時            | 5/12<br>ヨガ | 5/19<br>健康体操 | 5/26<br>歌声サロン |  |
| 希望日に○<br>(2つまで) |            |              |               |  |

●松山市社会福祉協議会へ郵送、FAX、メール、または応募フォームからお申込みできます。

●当選者は当選通知の発送をもってお知らせします。