



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・生きがいを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 **火曜**

◆受付 13:00 から

三番町通り
大街道
千舟町通り

松山市大街道1丁目5-10
大街道商店街内
『てくるん』(佐々木ビル1階)
にて開催

日	時間	主な行事(予定)	定員 準備物
3 (火)	各日 13:30 ~ 14:30	『スマートフォン教室』 スマホで写真を撮ってみよう♪ ※スマートフォンは貸し出し可	10名
10 (火)		『健康体操』 元気よく体を動かしましょう！	10名
17 (火)		『健康体操』 音楽と一緒に体を動かしましょう♪	10名
24 (火)		『ヨガ』 座ってできるヨガでリフレッシュ！	10名

※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

* 都合によりプログラムが
変更になることがあります *

お問い合わせ

松山市社会福祉協議会 地域支援課
月一金 受付時間：8時30分~17時

メールアドレス

TEL 941-3828 / FAX 941-4408 salon@matsuyama-wel.jp

※今後の感染拡大状況等により、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。

キリトリ

8月まちなかサロン応募用紙 令和3年7月15日(木)必着

必ず連絡が取れる電話番号を
お願いします。

申込者氏名	年齢	住所	
		電話番号	

希望日時	8/3(火) スマホ教室	8/10(火) 健康体操	8/17(火) 健康体操	8/24(火) ヨガ
希望日に○ (2つまで)				

●松山市社会福祉協議会へ郵送、FAXまたはメールでお願いいたします。

●当選者は当選通知の発送をもってお知らせします。