

サンサタウン・元気塾 今月の予定

令和7年 3月

場所	日		月		火		水		木		金		土						
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後					
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日
さんさんひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階	みつけ	※09-10-11	リハビリサロン	さんさんひろば	ふれあいひろば	1階
午前				サロン体操			交流日												交流日
午後				お口体操			交流日												交流日

☆アクティビティの種類について
 健康会員対象のアクティビティ (緑)
 音楽会員対象のアクティビティ (黄)
 会費制のアクティビティ (紫)
 無料に参加出来るアクティビティ (白)
 ※その都度会費等の支払いをお願いします。
 ※リハビリサロンに使用

※音楽会員、健康会員とも1か月1000円の登録料が必要です。(3階新生元気塾で取り扱っています)
 ※日程変更等はその都度、チラシでお知らせします。
 ※アクティビティの活動時間、正式名称等は裏面をご覧ください。
 ◎講師都合等により、急遽予定を変更する場合がございます。予めご了承ください。詳しくは新生元気塾までお問い合わせください。
 ●新生元気塾のすべての活動は参加者の皆様の自己決定、自己責任で行なって頂きます。すべての活動中の事故・怪我・その他トラブルについては責任を負いかねますので、ご了承ください。

多世代交流：元気塾アクティビティ

令和7年3月現在

◎ 定期的に行っているもの

	内容	今月の開催日	時間	場所	会費等	定期開催曜日	備考
1	お口の体操	毎週月曜日から土曜日	11:45~12:00	リハビリサロン	会員制 毎月1000円	月~土曜日	
2	座・体操		13:30~14:00				
3	日替わり体操		15:30~15:45				
4	治子のドレミ	毎週火曜日	10:30~11:15	サンサン広場	会員制 毎月1000円	火曜日	
5	ボイストレーニング	毎週火曜日	13:45~14:35			火曜日	
		毎週木曜日				木曜日	
6	健康講座 担当:シティタワー・リハビリサロンA テーマ:	3月19日	11:00~12:00		無料	その都度お知らせします	※詳細はチラシにてご確認下さい
7	ぎふ木育ひろば	3月14日・28日	15:00~	1階 元気塾	無料	第2・4金曜日	
8	藍川 短歌会	3月4日	13:00~15:00	1階 元気塾	半期8,000円	第1火曜日	
9	楽しい群読 ほっこり	3月5日・19日	10:00~12:00	1階 元気塾	1回500円	第1・3水曜日	予定日が変更になる可能性があります。 ※見学、申込希望の方は事前に新生元気塾にお電話にてお問い合わせ下さい。
10	G-walk	3月9日・20日	9:30~10:30	1階 元気塾	7回目より有料	その都度お知らせします	
11	フラワーアレンジメント(お花)	3月5日・21日	14:00頃~	リハビリサロン	1回1,000円	その都度お知らせします	要予約
12	スポーツウエルネス吹矢(吹矢)	毎週月曜日、土曜日	13:30~16:00	ふれあいるーむ	1回200円	毎週月・土曜日	
13	ラシュール ニ気 太極拳教室	毎週金曜日	14:00~15:30	ふれあいるーむ	毎月4000円	金曜日	
14	二胡とオカリナ 太極拳	3月5日	13:30~14:00	サンサンひろば	無料	第1水曜日	
15	スマホ倶楽部	今月はお休みです	15:00~15:30	1階 元気塾	無料	その都度お知らせします	
16	ビューティハンドケア	3月17日	13:30~14:30	サンサン広場	無料	第3月曜日	

◎ 今月のみ行うもの

	内容	今月の開催日	時間	場所	会費等	定期開催曜日	備考
17	安気にいこまいかシリーズ 担当: テーマ:	今月はお休みです			無料	その都度お知らせします	詳細はチラシにてお知らせします
18	オムツフィッター講座	今月はお休みです					1年に1回の開催
19	元気塾カフェ ゲスト: テーマ:	今月はお休みです			無料	その都度お知らせします	

◎ 今月の展示

	内容	今月の開催日	時間	場所	会費等	備考
20	リハビリサロンとみっけの作品展	3月1日~31日	終日	サンサン広場	無料	最終日は15時まで

☆ アクティビティの種類について

- ← 健康会員対象のアクティビティ
 - ← 会費制のアクティビティ ※その都度会費等の支払いをお願いします。
 - ← 音楽会員対象のアクティビティ
 - ← 無料で参加出来るアクティビティ
- ※音楽会員、健康会員とも1カ月1000円の登録料が必要です。(3階新生会事務所で取り扱っています)
※日程変更等はその都度、チラシでお知らせします。

◎ 講師都合等により、急遽予定を変更する場合がございます。予めご了承ください。詳しくは新生元気塾までお問い合わせください。

● 新生元気塾のすべての活動は参加者の皆様の自己決定、自己責任で行なって頂きます。すべての活動中の事故・怪我・その他トラブルについては責任を負いかねますので、ご了承ください。