# （活動類型：通所）　団体名：一般社団法人まちまど（磯子区）

〇活動名：まちまどサロン(毎週木曜日)
〇プログラムの概要：体操、フィットネス、音楽、脳トレ折り紙等
〇特徴：参加者主体の多世代向け企画と運動・脳トレで健康づくりを推進等
〇料金等：１回100円（お茶・お菓子代）洋光台フィットネスは６か月500円

（URL：https://machimado-yokodai.localinfo.jp/）

〇団体からのPR・コメント：地域の活動・相談・情報発信の拠点として、レンタルスペース等も運営しています。多世代の交流や活動支援、見守り機能を通じ、誰もが気軽に集える地域づくりに取り組んでいきます。

プログラム例（毎週木曜日開催）
9:30～11:00　健康チェック、体操など
11:00～11:30　休憩
11:30～12:30　お茶タイム