

中村エリア



【お問合せ】中村地域ケアプラザ
南区中村町2-120-3 ☎260-5100

自分のスタイルにあった健康づくり法を探して!



GoGo健康!

令和5年4月現在

屋内 屋外



元気づくりステーション

「身近な地域で、参加者本人と仲間、そして地域も元気にする自主的なグループ」です。



はつらつ
体操教室

R5年度現在
休止中



会費あり

【内容】体操・脳トレ
【日時】第2・4火曜日
13:30~14:30
【場所】カサ・デ・
サンタマリア (唐沢41)

唐沢公園
脳トレ



会費なし

【内容】体操・脳トレ
【日時】第1・3火曜日
10:00~11:30
【場所】唐沢公園 (唐沢41)

輪になって
脳トレ



会費なし

【内容】体操・脳トレ
【日時】第1・3月曜日
10:00~11:30
【場所】中居公園 (中村町2丁目97)

※雨天時は中村地域ケアプラザ

【注意】新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催休止または開催方法が変更されている場合がございますので、事前にケアプラザまでお問い合わせください。