

# 永田エリア



【お問合せ】永田地域ケアプラザ  
南区永田南2-16-31 ☎711-8611

自分のスタイルにあった健康づくり法を探して!



GoGo健康!



## 永田ふれあい塾



会費あり

【内容】運動・脳トレ  
【日時】第2・4金曜日  
13:30~14:30  
【場所】南永田団地  
2街区集会所 ①  
(永田みなみ台2-13)

## 南永田ダンベル教室



会費あり

【内容】玄米ダンベル体操  
【日時】第2・4火曜日  
10:30~11:30  
【場所】南永田  
町内会館 ②  
(永田南2-9-9)

## おもて会



会費あり

【内容】玄米ダンベル体操  
【日時】第2・4火曜日  
10:00~11:15  
【場所】永田町上第4  
町内会館 ③  
(永田北1丁目16-46)

## 楽歩組東



会費なし

【内容】脳トレウォーキング  
・ラジオ体操など  
【日時】第1・3月曜日  
9:30~11:00  
【場所】東永田公園 ⑤  
(永田東2丁目3)

## ミニデイサービス なごみ



会費あり

【内容】レクリエーション  
【日時】第2・4火曜日  
13:30~15:00  
【場所】永田地域  
ケアプラザ ⑦

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。

## 永田げんき広場



会費なし

【内容】運動・歌・レクリエーションなど  
【日時】第2火曜日  
10:00~11:20  
【場所】永田中央会館 ④  
(永田東2-2-1)  
※人数制限あり。お問い合わせください。

## 楽歩組北



会費なし

【内容】脳トレウォーキング  
・ラジオ体操など  
【日時】第2・4月曜日  
9:30~11:00  
【場所】永田北三丁目公園 ⑥  
(永田北三丁目一)

【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。