

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。