

六ツ川エリア

自分のスタイルにあった健康づくり法を探して!



GoGo健康!



【お問合せ】六ツ川地域包括支援センター
南区六ツ川2-3-211 ☎716-0680

六ツ川元気アップ教室



会費 あり

【内容】体操
【日時】第2・4木曜日
13:30~15:00
【場所】六ツ川四丁目町内会館
(六ツ川4丁目1154-81) ①

六ツ川1丁目公園脳トレ歩こう会



会費 なし

【内容】脳トレウォーキング
【日時】第2・4木曜日
10:00~11:30
【場所】六ツ川1丁目公園
(六ツ川1-699-2) ③

ロコトレ体操会



会費 あり

【内容】ロコトレ体操
【日時】第1・3水曜日
14:00~15:00
【場所】六ツ川台小コミュニティハウス
(六ツ川3-65-9) ④

きゅきゅっと六ツ川



会費 あり

【内容】尿失禁予防体操
【日時】第1・3火曜日(原則)
13:15~15:00
【場所】六ツ川地域ケアプラザ ②

一期会



会費 あり

【内容】3B体操
【日時】第2・4水曜日(原則)
13:15~14:45
【場所】六ツ川地域ケアプラザ ②

健康サロン「大樹」

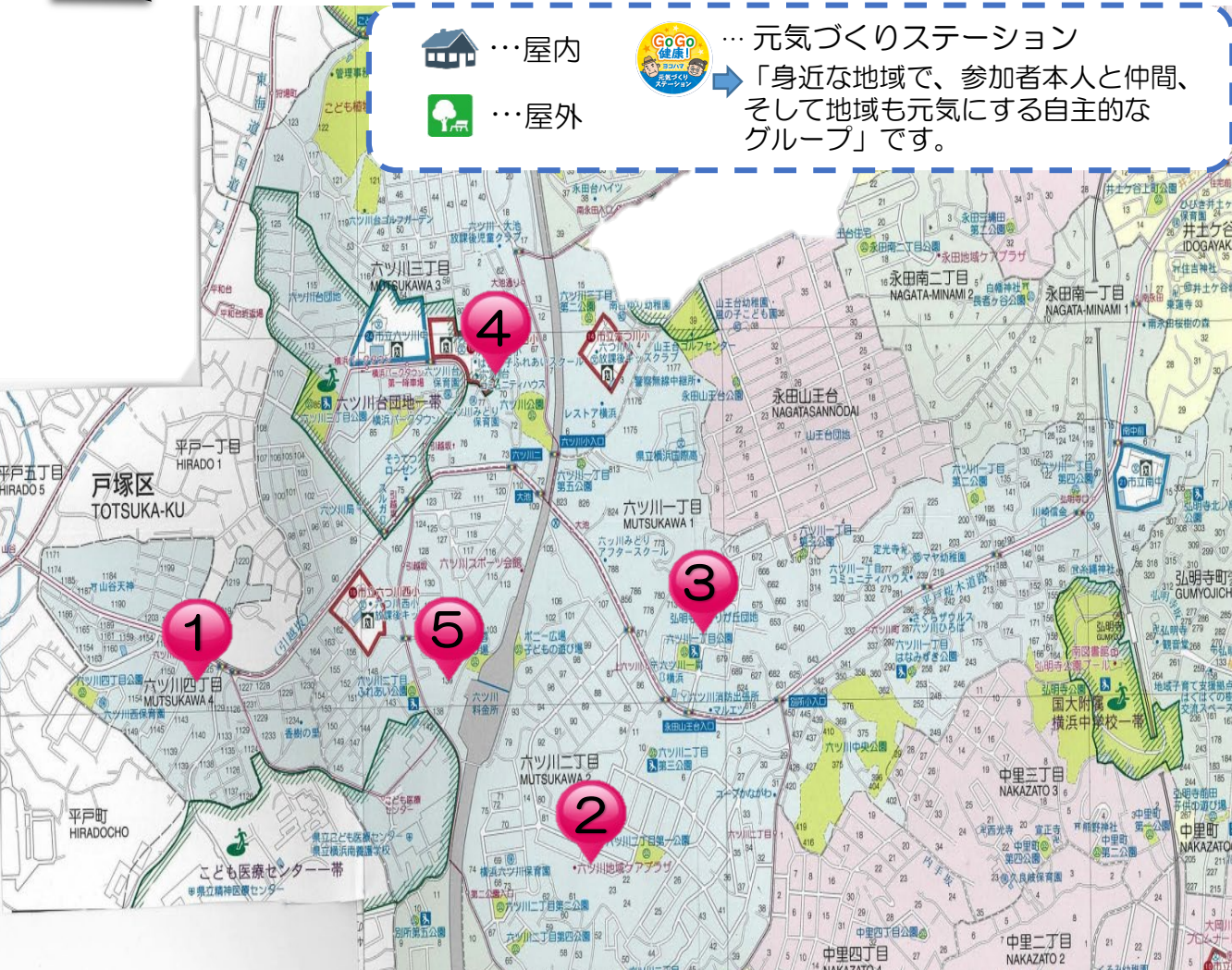


会費 あり

【内容】体操・お茶
【日時】第3金曜日
14:00~15:00
【場所】芙蓉自治会館 ⑤
(六ツ川2-139-10)



…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。



【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。