

南区

元気づくりステーション 脳トレウォーキング マップ

中村地域ケアプラザエリア



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。



脳トレウォーキング

地域の公園などで、仲間と一緒に頭を使いながら体を動かす脳トレウォーキングを楽しく安全に行ってます。



お問合せ

南区役所高齢・障害支援課

☎ 341-1140

中村地域ケアプラザ

中村町2-120-3

☎ 260-5100

グループ名

場所

日時

内容

① 唐沢公園脳トレ	唐沢公園 (唐沢41)	第1・3火曜日 10:00~11:30	体操・脳トレ(屋外) *会費なし
② 輪になって脳トレ	中居公園 (中村町2-97)	第1・3月曜日 10:00~11:30	体操・脳トレ(屋外) *会費なし

*他の通りの場のご案内を希望される場合は地域ケアプラザにお問い合わせください