



場 所		サ ロ ン 名	内 容	開 催 日 時	
西山	1	西山コミセン	体と脳のいきいき健康づくり	体操、ウォーキングなど (当面休止)	
	2	高針コミセン	ふれあいサロン「それいゆ」	手芸、歌唱、交流など	第1土 10時～12時他
ふれあいサロン「さわやか」			軽体操、手芸など	第1・第3金 13時半～15時	
みんなのヨーガ			ヨガ、おしゃべり	第1・第3火 13時半～15時	
高針	3	蓮教寺新屋敷公会堂	さくらカフェ高針	おしゃべり、簡単な体操	第2火 10時～12時
	4	高針北住宅集会所	ふれあいサロンどリーむ	おしゃべり、モーニング	第2土 10時～11時半
	5	名東ゼミナール	木曜サロン	情報交換、お茶会など	第1木 10時～11時半
	6	梅森坂コミセン	サロンなでしこ	軽体操、脳トレ、手芸など	第2・第4水 13時半～15時半
			あおぞらカフェ	モーニング、手芸など	第4日 10時～12時他
7	梅森坂住宅集会所	梅森坂西あやめサロン	健康体操、血圧測定など	第3水 10時～12時	
8	梅森荘第1集会所	なごや健康サロン	貯金体操、ゲームなど	第2・第3月 13時～15時	
9	あとリエもみの木内	もみの木	手芸、健康体操など	第1水 10時～12時	
貴船	10	貴船コミセン	きふね水曜サロン	おしゃべり、健康体操など	毎週水 13時～15時
			サロン・きふね	健康体操、クイズなど	第2・第4日13時半～15時半他
			きふねモーニング	モーニング有おしゃべりなど	第1金13～15時、第2日9～11時
極楽	11	極楽コミセン	極楽サロン お茶のみ会	講演、体操教室など	第3火 10時～12時
	12	コーポK102	ちくたく	おしゃべり、昼食、手芸など	毎週水 10時～14時
モーニングサロンはーぶ			モーニング、おしゃべり	第2月 9時半～12時	
上社	13	市営やしろ荘集会所	やしろ荘いどばた会	勉強会、茶話会	第2土 13時半～15時他
	14	上社コミセン	上社げんき会	麻雀、おしゃべりなど	第1・第3月 10時～16時
前山	15	前山コミセン	生き生き100歳クラブ	講話、映画・音楽鑑賞など	第4水 9時半～12時
			牧野池ふれあいサロン	健康体操、ダンスなど	第4日 10時～12時
			健康長寿勉強会	健康講話、トレーニングなど	第4月 9時45分～12時
			牧野池ミュージックサロン	体操、カラオケなど	毎週火 13時半～15時
			前山麻雀サロン	麻雀とおしゃべりなど	毎週水 13時半～16時半
16	前山公民館	地域サークル活動	民謡踊り	毎週水 10時～12時	
			ストレッチ、ヨガ	第2金 13時半～15時	
			手芸	第3木 13時半～15時半	
			サロンde笑いヨガ	笑いヨガ、おしゃべり	第1土 10時～11時半
牧の原	17	牧の原コミセン	シングaソング	コーラス、ストレッチなど	第2・第4月 10時～11時半
			牧の原ふれあいサロン	体操、映画鑑賞、麻雀など	第1・第3月 13時～16時 ※祝日は変更あり
			牧の原いきいき健康サロン	麻雀、カラオケ、将棋など	第2・第4水 13時～16時