

# まちの体操教室・新在家

高齢者の独居生活や引きこもりがちの方が増えています。  
面倒で外出しなくなっていないですか。  
週1回、地域で体操することで、笑顔と元気が取り戻せます。  
仲間と一緒に「まちの体操教室」を始めてみませんか！！



- 日時** 毎週月曜日 10:00~11:00  
受付/9:40~(祝日開催、お盆・正月休み)
- 場所** 新在家町公民館(新在家町西郷6-1)
- 講師** 資格の有無は問わず、体操指導できる方
- 対象** 市内在住の65歳以上の方
- 持ち物** タオル、お茶/水
- 利用料** 無料 (事前申込不要)

**駐車場** 公民館敷地内に軽自動車数台分、中茂建設駐車場を4台分お借りしていますが、原則徒歩または自転車を推奨しています。ご協力をお願いします。

**【R8年度スケジュール】** \*午前8時の時点で暴風警報が発令されている場合は中止です。

4月	6日	13日	20日	27日	
5月	4日	11日	18日	25日	
6月	1日	8日	15日	22日	29日
7月	6日	13日	20日	27日	
8月	3日	10日	17日	24日	31日
9月	7日	14日	21日	28日	
10月	5日	12日	19日	26日	
11月	2日	9日	16日	23日	30日
12月	7日	14日	21日	28日	
1月	4日	11日	18日	25日	
2月	1日	8日	15日	22日	
3月	1日	8日	15日	22日	29日

## 感染予防対策をして実施します

- ・気になる方はマスクを着用してご参加ください
- ・体調不良の症状がある方の参加はご遠慮ください



**問合先** 高齢者サポートセンター平坂(西尾市地域包括支援センター平坂)

電話 55-7373

西尾市役所長寿課地域支援事業担当

電話 65-2120