

## 高齢者健康づくり活動住民グループの紹介

番号	地区	団体名	活動内容	活動日時	活動場所	新規受入
58	王喜	いきいき健康クラブ	脳トレ、筋膜リリース、ストレッチ等	第2、4水曜 10:00~11:30	王喜公民館 講堂	可
59	王喜	王喜2きらきら健康体操の会	健康講話、脳トレ、ストレッチ、筋トレ等	第2、4金曜 13:30~15:00	王喜公民館 講堂	可
60	王喜	みんなの体操ひろば	体操、健康講話等	月または水曜（月1回） 10:00~11:30	王喜公民館 東区集会所	可

※令和8年5月現在の情報を掲載しております