

回 覧

みなさんで回覧してください。

回覧は止めずに直ぐに回してください。



# いわき市からの お知らせ

いわき市民憲章

わたくしたち いわき市民は

- 1 元気で働き、豊かなまちをつくりましょう。
- 1 互いに助け合い、明るいまちをつくりましょう。
- 1 きまりを守り、住みよいまちをつくりましょう。
- 1 教養を高め、文化のまちをつくりましょう。
- 1 自然を愛し、緑のまちをつくりましょう。

## 内郷地区 つどいの場について

「つどいの場」とは、地域の集会所等に自由参加で集まり、体を動かすことや、会話を楽しむなど、介護予防や仲間づくりをする場所です。

いわき市内に約400ヶ所あり、内郷地区では26ヶ所の「つどいの場」が定期的開催されています。お住まいの近くの「つどいの場」に参加してみませんか。

### 「つどいの場」に参加したい方

#### ●どんなことをしているの？

シルバーリハビリ体操、フラダンスなどの運動や、管理栄養士や薬剤師等の専門職による講話、歌やフラワーアレンジメントなど様々な活動をしています。

#### ●参加するには？

見学や参加を希望する場合は、裏面の「つどいの場一覧」をご確認のうえ、下記の問い合わせ先までご連絡ください。

### 新しく仲間と「つどいの場」を始めたい方

#### ●新しく「つどいの場」を始めたい場合には？

開催場所や開催頻度など、立ち上げに必要なことについて、下記の問い合わせ先に相談してください。「つどいの場」コーディネーターが立ち上げや運営のお手伝いをします。

### 問い合わせ先

いわき市社会福祉協議会内郷地区協議会 TEL：27-8707

地域包括ケア推進課 事業推進係 TEL：27-8575

令和 5年 11月 10日発行



## 内郷地区 つどいの場一覧

開催日、開催時間の変更が生じる場合があります。表面の問い合わせ先までご連絡ください。

番号	団体名	会場	開催日	時間
1	生き生きすみれ会	内郷公民館	第2・4月曜日	10:00~11:00
2	わくわくクラブ（午前）	内郷老人福祉センター	第1・2・4火曜日	9:30~10:30
3	わくわくクラブ（午後）	内郷老人福祉センター	第2・3・4金曜日	13:30~14:30
4	内郷SR体操クラブ	内郷老人福祉センター	第1金曜日	13:30~14:30
5	なかよし会	内郷老人福祉センター	第2・3・4・5金曜日 第3火曜日	10:00~11:30
6	白水地区を元気にする会	白水上代集会所	第1木曜日 第3月曜日	10:00~11:30
7	宮シルバーリハビリ体操教室	宮集会所（下綴）	第2・4水曜日	10:00~11:30
8	宮サロン	鬼ヶ沢集会所	第3木曜日	10:00~11:30
9	宮2区サロン	宮沢団地集会所	毎週火曜日	10:00~12:30
10	県営宮沢団地サロン	県営宮沢団地集会所	第1・3月曜日	10:00~11:30
11	内町前田サロン	内町前田集会所	第2・4木曜日	10:00~11:30
12	内町さわやか健康体操	内町立町集会所	第2・4金曜日	10:00~11:30
13	綴サロン	内郷商工会館	第1・3水曜日	10:00~11:30
14	綴七反田サロン	県営秋山団地集会所	第2月曜日	10:00~11:30
15	高坂住吉サロン	高坂住吉神社社務所	第2火曜日	10:00~12:30
16	高坂住吉体操教室	高坂住吉神社社務所	第2・4木曜日	13:30~15:00
17	サロンたかさか	高坂団地一丁目集会所	第1火曜日	10:00~12:00
18	高坂二丁目サロン	高坂団地二丁目集会所	第3火曜日	10:00~11:30
19	高坂二丁目さわやかクラブ	高坂二丁目集会所	第2・3・4木曜日	10:00~11:30
20	高坂中央サロン	高坂中央集会所	第3木曜日	10:00~11:30
21	高坂3B体操	高坂中央集会所	毎週火曜日 第2金曜日	10:00~11:30
22	すこやかエアロ	高坂中央集会所	毎週月曜日	9:30~11:30
23	御厩サロン	御厩集会所	第1・3水曜日	10:00~11:30
24	川平サロン	川平集会所	第2金曜日	10:00~11:30
25	光栄薬局シルリハ体操	光栄薬局 本部事務所	第3木曜日	14:30~15:30
26	高野サロン	高野町多目的集会所	第2・4水曜日	10:00~11:30