

かがやき長寿ひろば 台東

▶ **毎週月曜日** に開催！ （祝日・年末年始は休業）

▶ **会 場** 台東一丁目区民館（台東1－25－5）

2階 第3集会室

かがやき長寿体操サロン

（定員10名）

2日、9日、16日、23日、30日
午前10時

※動きやすい服装でおこしてください

パズルで脳トレサロン

（定員15名）

2日、16日、30日
午後1時30分

※筆記用具をご持参ください

大人のぬり絵サロン

（定員15名）

9日、23日
午後1時30分

※色鉛筆をご持参ください

かがやき長寿ひろば 谷中

▶ **毎週水曜日** に開催！ （祝日・年末年始は休業）

▶ **会 場** 谷中区民館（谷中5－6－5）

1階 第3集会室 または 2階 多目的ホール

かがやき長寿体操サロン

4日、11日、18日（定員10名）
25日（定員15名）
午前10時

※動きやすい服装でおこしてください

パズルで脳トレサロン

（定員15名）

11日、25日 午後1時30分

※筆記用具をご持参ください

大人のぬり絵サロン

（定員15名）

4日、18日
午後1時30分

※色鉛筆をご持参ください

かがやき長寿ひろばだより

2025年 6月号

▶ 高齢者のための運動や趣味づくりのための教室・サロンを開催しています。

▶ 現在「入谷」で開催している、かがやき長寿ひろばに、4月から「台東」と「谷中」が仲間入り！

利用登録について

▶ 60歳以上の区内在住の方がご利用いただけます。

▶ 「かがやき長寿ひろば」「老人福祉センター・老人福祉館」を初めてご利用される方は、初回ご利用時に使用登録証の作成が必要となります。

※使用登録証の作成には、本人確認書類（運転免許証、保険証等の氏名・住所・生年月日が確認できるもの）が必要となります。

▶ 登録済みの方は、ご利用時に使用登録証をご提示ください。

お申込みについて

▶ 各教室は、募集・抽選となります。

▶ サロンは、**事前予約制**となります。

台東・谷中 会場 … **5月23日（金）9時30分**より受付開始

入谷 会場 … **5月23日（金）9時30分**より受付開始

会場	お問い合わせ先	受付時間
かがやき長寿ひろば 入谷 （入谷区民館で開催）	☎03-3834-6370	（月～土） 午前9時30分 ～ 午後4時30分
かがやき長寿ひろば 台東 （台東一丁目区民館で開催）	☎03-5834-3973	（月～金） 午前9時30分 ～ 午後4時30分
かがやき長寿ひろば 谷中 （谷中区民館で開催）	☎03-5834-4848	（月～金） 午前9時30分 ～ 午後4時30分