

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)

7日、14日、28日

午前10時と午後1時30分に開催します

※動きやすい服装でおこしてください

大人のぬり絵サロン

(定員15名)

7日 午後3時

※色鉛筆をご持参ください

パズルで脳トレサロン

(定員15名)

14日、28日 午後3時

※筆記用具をご持参ください

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

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時と午後1時30分に開催します

※動きやすい服装でおこしてください

大人のぬり絵サロン

(定員15名)

2日、16日、30日

午後3時

※色鉛筆をご持参ください

パズルで脳トレサロン

(定員15名)

9日、23日 午後3時

※筆記用具をご持参ください

かがやき長寿ひろばだより

2025年7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。

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、老人福祉センター及び老人福祉館のご利用には「老人福祉施設使用登録証」の提示が必要です。お持ちでない方は、初回ご利用時に本人確認できるもの（健康保険証、マイナンバーカード等）をご持参下さい。

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、**予約制**となります。

6月26日(木) 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