

R6年度 高齢者の社会参加と生きがいづくりに向けた事業（富加町）

ジャンル:運動・健康

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
いきいき トレーニング	自由にトレーニング機器を使って、運動ができます。 初めて利用される場合は、講習会の受講が必要。	月～金	町内在住の 65才以上の方	年間登録料 1,000円	富加町 社会福祉協議会 0574-54- 1312
URL: http://tomikasyakyo.or.jp/06-health/index.html					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
筋力アップ 教室	スタッフのサポートを受けながら、トレーニング機器を使って、運動ができます。 初めて利用される場合は、講習会の受講が必要。	水・金	町内在住の 65才以上の方	3ヶ月 (10回) 1,200円	富加町 社会福祉協議会 0574-54- 1312
URL: http://tomikasyakyo.or.jp/06-health/index.html					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
ふれあい サロン どうだん 介護予防講座	音楽療法や運動教室などの介護予防講座を開催しています。 講座については、「どうだん通信」に掲載しています。	月～土曜日	概ね 60歳以上の方 (町内在住の方、優先)	イベントの 内容による	富加町 社会福祉協議会 0574-54- 1312
URL: http://tomikasyakyo.or.jp/06-health/index.html					