

松原ニュータウンいこいらフ



活動内容

一人でも多くの方に元気で過ごしてもらうことを目的に、ストレッチや筋トレなどの運動と、対話重視のふれあいサロンやお食事会(自費)を開催しています。
いこい会員にピオラ、ペゴニアのプランターを配ります。

活動場所

松原ニュータウン集会所

- ・毎月土曜日～ストレッチ
- ・毎月一回～ふれあいサロン開催
- ・団地入口と公園に季節の花をプランターで飾る
- ・地域文庫の開設
- ・お食事会～年1回程度

(注)新型コロナウイルス感染拡大状況をみながら不定期開催とします。
昨年度はコロナのため、活動を自粛していました。

本年の活動

ストレッチで楽しく運動をしましょう！続けていると、無理なく筋力がつきます。
サロンも、お口と手を動かしながら楽しみましょう！
今年はマグネットを製作します。

代表者からひとこと