

みんなで楽しくからだを動かそう！

参加  
無料

2025年度

# サロンdeすとれっちフェスタ

サロンdeすとれっちは、自治会・町内・老人クラブ等、高齢者を中心とした団体を対象に運動指導員を派遣し、1時間程度簡単な運動を実施する事業です



参加者  
プレゼント  
あります

2026年

3月7日 土

14:00~16:00

(13:30~受付開始)

場所

中総合会館  
4階 ホール

対象

65歳以上の方  
どなたでも

定員

250名  
要申込

内容

- 10年継続団体紹介・表彰
- 理学療法士による講話  
『知って安心！  
高齢者に多い疾患との付き合い方』  
講師：中丹東地域リハビリテーション  
支援センター 小幡彰一氏
- 運動指導員さんと体操
- 記念撮影

申し込み・問い合わせ先

舞鶴市高齢者支援課

申し込みフォーム↓

電話 ☎ 0773-66-1018 [平日9:00~16:30] または

申し込みフォームにて2月27日(金)までにお申し込みください



※駐車場に限りがありますので、当日は乗り合わせてお越しください