

形原中学校地区

NO	団体名称	開催日時	内 容	代表者
	実施場所	費用		連絡先
85	しあわせ体操クラブ	毎週火曜日 10:00～11:30	健康体操、筋トレ、ストレッチなど（ヨガマット使用し、座る・寝る・立位）	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	形原4区集会所	1,000円/月		
86	はつらつ会	毎週木曜日 10:00～11:30	フットケア、リズム体操、脳トレ、筋力体操、ストレッチ（床座位・立位）	金田幸子 69-0961
	Aコープ生活センター形原2階	100円/月		
87	撫子会	毎週水曜日 19:25～21:00	リラックスヨガ（深い呼吸とポーズ）（ヨガマット使用し座る・寝る・立位）	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	蒲郡文化広場	2,000円/月 700円/回		
88	あじさい体操クラブ	毎週月曜日 13:30～15:00	健康体操・ストレッチ（座位と立位）	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	形原8区集会所	800円/月		
89	ほのぼの会	毎週水曜日 10:00～11:30	2週目は軽い体操やストレッチ中心、4週目はニュースポーツやメンバーのマジックや楽器演奏、すごろく等。月替わり	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	形原公民館	500円/年		
90	健やか会	毎週火曜日 10:15～11:45	ボールを使用したストレッチ、体操、つぼ押し、筋肉トレーニングなど（座位と立位）	柴田サカエ 講師：倉橋栄子 57-3614
	形原公民館	無料		
91	健康体操レクの会	毎週水曜日 19:00～21:00	ストレッチ、体操、つぼ押し、筋肉トレーニングなど（座位と立位）	都築喜子 講師：倉橋栄子 57-3614
	形原公民館	500円/年 ※保険代		
92	ストレッチ&リラクゼーション	毎週木、土曜日 10:00～11:30	ストレッチ、リラクゼーション、呼吸法	田中雅子（講師） 69-3911（社協） 58-1136（包括）
	形原公民館	700円/回		
93	わかば健康クラブ	毎週木曜日 13:30～15:00	健康体操、脳活性化体操（座位と立位）	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	形原公民館	1,000円/月		
94	男遊会	毎週金曜日 9:30～11:30	軽スポーツ・ゲーム（グラウンドゴルフ、ポッチャ、ペタング、タスポニーなど）、ウォーキング等	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	形原公民館	500円/年 ※内容により講師代あり		
95	3B体操シニア教室	毎週土曜日 13:30～15:00	3Bの用具を利用（基本立位）	69-3911 (蒲郡市社会福祉協議会)
	形原公民館	600円/回		
96	SWF 蒲郡翼形原	毎週金曜日 13:30～16:00	スポーツ吹き矢	市川幸男 57-8158
	形原公民館	1,000円/年		