



団体名	活動目的・内容	活動日	時間帯	活動場所
＜高齢者＞				
1 JOYすもう倶楽部	介護予防のため土俵での体操やストレッチなどで足腰を強くする。また、会員同士の親睦で楽しく健康づくりを実施。	毎週水曜日	10:00～11:30	SUBARU総合スポーツセンター多目的室

ご興味のある活動がございましたら下記までお問い合わせください。

【問合せ】

三鷹市社会福祉協議会地域福祉推進係

電話 0422-76-1271、 FAX 0422-76-1273

メール [chiiki@mitakashako.or.jp](mailto:chiiki@mitakashako.or.jp)

