

**① 健康らくらく体操クラブ**

バランスボールを使った体操

第2・第4月曜	14:00~15:30
余遊亭	
67-1482 (日置)	1か月2000円

専門の先生が指導。年齢問わず体力増進!

**② 寿体操**

イスに座ったままのトレーニング

毎週木曜日	10:00~11:30
余遊亭	
62-1166 (高齢者あんしん相談センター)	200円

気軽に参加して下さい

**③ 中々切にこここサロン**

イスに座ったままのトレーニング

毎週木曜日	10:00~11:30
中々切公民館	
62-1166 (高齢者あんしん相談センター)	無料

みんなで一緒に体操ストレッチしましょう

**④ わかあゆ会**

筋力アップ体操、ボールを使った体操

第1~4金曜日	10:00~11:30
内田老人憩いの家	
62-1166 (高齢者あんしん相談センター)	無料

転倒予防体操・筋力アップ体操です

**⑤ 丸山寄りあおう会 健康マーじゃん倶楽部**

麻雀

第2・4火曜日	13:30~15:30
丸山公民館	
61-4131 (伊藤)	1回100円

初心者歓迎! 見学自由! 一から教えます

**⑥ よさか 生き生きサロン**

うたをうたう・サロン

毎週火曜日	14:00~15:00
余遊亭	
090-8676-8026 (尾藤)	1回200円

身体と脳の運動不足を解消しましょう

**⑦ 天神クラブ**

囲碁・麻雀・健康体操・太極拳・折り紙・パソコン等

個別にご確認ください	-
天神町集会所	
62-5964 (久野)	-

みんなで楽しく気晴らししましょう

**⑧ 囲碁クラブ**

囲碁

毎週水、金、土曜日	13:00~16:30
南老人福祉センター	
62-2508 (社協)	年会費2,000円

女性の方 大いに歓迎!

**⑨ 麻雀クラブ**

麻雀

毎週火・土曜日	12:00~17:00
福祉活動センター	
62-2508 (社協)	会費100円

どなたも歓迎!

**⑩ こころの居場所「はなみずき」**

おはなししたい方集まってください

第3火曜日 (祝休)	13:00~15:00
余遊亭	
62-2508 (社協)	1回100円

ご自由に参加下さい

**⑪ 木曜会 (三味線・唄い)**

三味線 演奏にあわせてうたう

毎週木曜日	14:00~16:00
内田老人憩いの家	
090-4190-0753 (五島)	月500円 (教科書代別)

歌いたい歌をいっしょに歌いましょう

**⑫ 大島写真塾**

写真の撮り方など 技術向上を目指します。

毎月第3水曜日	13:00~16:45
フロイデ	
090-9892-6507 (大島)	年会費14,000円

初回見学あります。楽しんで行っています。

**① わんまるサロン**

軽体操、脳トレ、飲み物あり

水曜日	10:00~12:00
シルバー城下町プラザ	
62-8505 (シルバー人材センター)	1回300円

みんなで楽しく過ごしましょう!

**② さかした愛 (地域住民限定)**

楽しいイベント・茶話会

2ヶ月に1回	10:00~12:00
西ふれあいセンター	
61-2089 (小川)	1回100円

地域の人にとってなくてはならない場所です!

**③ 木津健康サロン**

筋力アップ体操、第4火曜は茶話会

第1・第3火曜、第4火曜	10:00~11:30
木津公民館	
62-7630 (高橋)	茶話会のみ100円

家の外に出ましょう!

**④ 丸山寄りあおう会 筋力アップ体操**

筋力アップ体操や茶話会

毎週木曜	13:30~15:00
丸山公民館	
61-4131 (伊藤)	1回100円

椅子に座ってできるストレッチと筋力アップ体操

**⑤ ミニサロン ラ・サンテ**

インストラクターが指導する体操

第1・3火曜日	10:00~11:00
西ふれあいセンター	
62-1166 (高齢者あんしん相談センター)	1回100円

みんなで楽しく体操しています

**⑥ ミニサロン 余坂ビューティーズ**

インストラクターが指導する体操

第2・4木曜日	10:00~11:00
余遊亭	
62-1166 (高齢者あんしん相談センター)	1回100円

体操を通じて身体機能を維持しています

**⑦ ミニサロン 城前サロン**

インストラクターが指導する体操

第2・4月曜日	10:00~11:00
願入寺	
61-0630 (藤井)	1回100円

笑顔が多く楽しいサロンです

**④ 坂下 水曜 朝市**

季節の野菜中心

水曜日	8:00~10:00
吉野神社	
-	-

一度お越しください!

喫茶店・商店など

**① ローレル**

喫茶店

木曜定休	7:00~16:00
犬山字北首塚34-1	
62-6912	飲食代

のんびりできます

**② 珈琲工房 貴船**

喫茶店

月曜・第4火曜定休	9:00~18:00
寺下310	
61-0693	飲食代

交流の場になっています!

**③ 喫茶・軽食 いせ**

喫茶店

土曜日定休	8:00~17:00
犬山遊園駅東口	
61-1429	飲食代

昭和レトロなお店です。

**① ザ・朝市・オブ・犬山**

パン・野菜・花・飲食・雑貨等 多数販売

毎週日曜日 (雨天決行)	4~10月 6:30~7:30, 11~3月 7:00~8:00
木曾川河畔遊歩道	
61-4189 (日比野製菓)	-

掘り出し物や出会いがたくさんです!

**② 犬山・どんでん朝市**

野菜・花・菓子・グッズ・小物 販売

火曜日	7:30~10:00
下本町アーケード街	
65-0002 (犬山まちづくり〔株〕)	-

ぜひお越しください!

**③ シルバーショップ ワン丸朝市**

季節の野菜

木曜日	8:30~10:00
シルバーショップ ワン丸	
62-8505 (シルバーショップワン丸)	-

丹精こめて作った野菜です!

**④ パブレスト 百万ドル**

カラオケ喫茶

月曜定休	10:00~17:00
犬山遊園駅東口	
62-3336	飲食代

TVにも出た有名店 モーニングがおすすめ

**⑤ 茶亭 鈴蘭**

喫茶店

土曜、第3金曜定休	8:00~17:30
北別祖101-12	
62-1033	飲食代

和風庭園と、秋は紅葉が楽しめます。

**⑥ coffee mikasa (コーヒーミカサ)**

喫茶店

月曜・第1火曜定休	8:00~17:00
寺下92	
61-1106	飲食代

お気軽にお越し下さい



① 健康らくらく体操



② 寿体操



③ 中々切にこここサロン



④ わかあゆ会



⑤ 丸山寄りあおう会  
健康マーじゃん倶楽部



③ 木津健康サロン



④ 丸山寄りあおう会



⑦ 城前サロン



④ パブレスト 百万ドル