

上頓野小学校校区

担当在宅介護支援センター：長光園 問い合わせ：26-8586



- ① 上頓野 親寿会
- ② パコット運動教室

1 カミトンノシンジュカイ 上頓野 親寿会

活動場所 上頓野自治区公民館
安入寺公園グラウンド

活動内容 元気サロン、グラウンドゴルフ

曜日 毎週 月・火・水・金・土曜日(グラウンドゴルフ)
毎月 第1水曜日(元気サロン)

活動時間 9:00~11:00

参加費用 月 1,000円(グラウンドゴルフ)
元気サロンは無料

新規参加条件 なし

新規参加希望
の対応方法 直接見学OK

2 パコットウインドウキョウシツ パコット運動教室

活動場所 内ヶ磯ダム付近

活動内容 正しい姿勢で歩いたり生活する
為の運動

曜日 毎週 月・木曜日

活動時間 9:30~10:30(月曜日)
10:00~11:00(木曜日)

参加費用 週1回参加 月 2,000円
週2回参加 月 3,500円

新規参加条件 なし

新規参加希望
の対応方法 直接見学OK