

担当在宅介護支援センター 長光園 26-8586

1 団体名：トライウォーク

活動場所：直方市体育館・内ヶ磯ダム周辺・頓野ニュータウン第5集会所

活動校区：上頓野

活動内容：正しい姿勢で歩いたり生活する為の運動、フレイル予防教室

曜日：月曜（内ヶ磯ダム）

金曜（体育館）

木曜（頓野ニュータウン第5集会所）

活動時間：運動（内ヶ磯ダム）：14:00～15:00

運動（体育館）：9:30～10:30

フレイル予防教室（頓野ニュータウン第5集会所）：16:00～17:00

参加費用：月 2,000円

新規参加条件：なし

新規参加希望の対応条件：直接見学OK

2 団体名：上頓野 親寿会

活動場所：上頓野自治公民館、安入寺公園グラウンド

活動校区：上頓野

活動内容：元気サロン、グラウンドゴルフ

曜日：月曜～土曜

活動時間：9:00～11:00

参加費用：月 1,500円

新規参加条件：上頓野在住の65歳以上の方

新規参加希望の対応条件：在宅介護支援センターへ問い合わせ

3 団体名：とんの台元気会

活動場所：とんの台団地及び直方市内近郊

活動校区：上頓野

活動内容：ラジオ体操、歴史散策、講義、茶話会

曜日：土曜（第2）

活動時間：10:00～12:30

参加費用：年 1,000円

新規参加条件：団地自治会員のみ

新規参加希望の対応条件：自治会内で募集

4 団体名：

活動場所：

活動校区：

活動内容：

曜日：

活動時間：

参加費用：

新規参加条件：

新規参加希望の対応条件：