とみさと健康ちょきん体操

「住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごしたい」と願う高齢者の介護予防にと、富里市が2016年から普及を推進している体操です。

背もたれのあるイスさえあれば始められる、童謡を歌いながらゆっくりと手足を動かす体操です。

ご参加希望や、新規立ち上げ等、なんでもお問い合わせください！

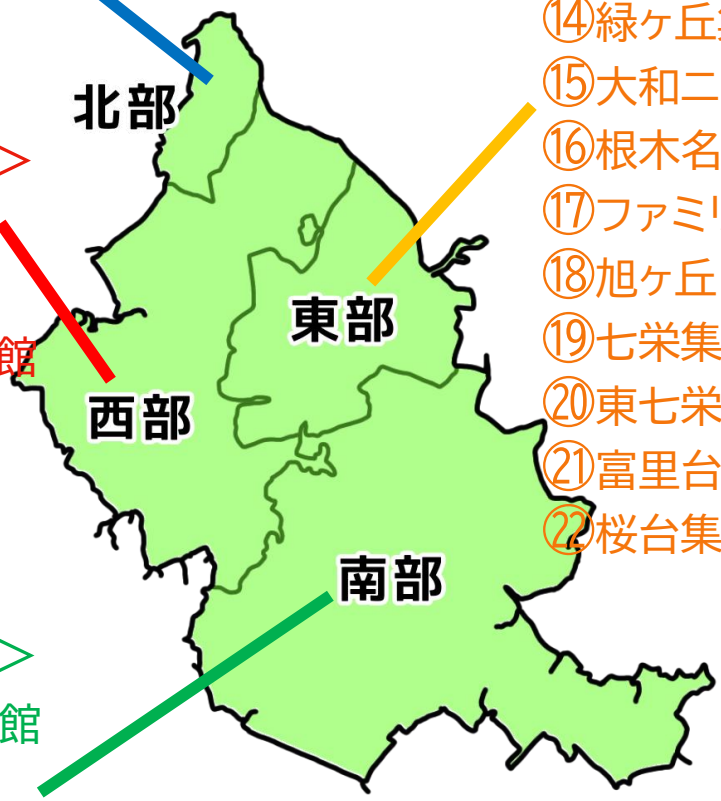
※すべての会場が新規参加者を募集しているわけではありませんのでご了承ください

令和７年７月現在　実施場所MAP

＜北部エリア＞
①北部地域包括支援センター
②スカイハイツ
③徳洲会病院

＜西部エリア＞
④福祉センター
⑤中沢区集会所
⑥新中沢自治会館
⑦南七栄区民館
⑧南山集会所

＜南部エリア＞
⑨立沢台自治会館
⑩葉山集会所
⑪洗心小学校
⑫南部地域包括支援センター



＜東部エリア＞
⑬末廣農場＆zoom
⑭緑ヶ丘集会所
⑮大和ニュータウン集会所
⑯根木名ニュータウン集会所
⑰ファミリータウン富里集会所
⑱旭ヶ丘自治会館
⑲七栄集会所
⑳東七栄集会所
㉑富里台自治会館
㉒桜台集会所



※詳細は各地域包括支援センターまでお問い合わせください

北部：0476－36－7725　　西部：0476－92－2776
東部：0476－29－4110　　南部：0476－90－6331