



あなたも参加しませんか？

東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871

㊤祝日、年末年始

▼ノルディックウォーキング教室

5月24日㊤(雨天時翌25日㊤) 9時30分～11時30分／内容＝ノルディックウォーキングの使い方を学んだ後、東郷福祉センターを出発し4km程度ウォーキング(ポール貸出あり)／対象＝市内在住・在勤者／定員＝20人(申込順)／費用＝200円(保険料等)／申込＝4月21日㊤9時から電話にて。その後、4月22日㊤9時から窓口にて費用を添えて申し込み

▼エンジョイ！キッズ(4月～6月)

4月20日㊤、5月18日㊤、6月22日㊤ 10時～12時／内容＝毎月1回、工作その他、気軽に楽しめる体験教室。4月：おもしろこいのぼり、5月：アクアビーズで小さいチャーム、6月：動くはらぺこあむし／対象＝3歳～小学生(未就学児は保護者同伴)／定員＝15人(申込順)／費用無料 ※事前予約なし、当日11時30分まで受付可、受付順に20分～30分位の工作

豊田福祉センター

☎(26)1105 FAX(26)1106

㊤祝日、年末年始

◆とよだきりんクラブ

▼「あいうえ・とよだ」(全10回)

5月～令和8年3月、(月1回水曜日、8月は除く)15時30分～16時30分／対象＝市内在住4歳～6歳の未就学児／定員＝8人(申込順)／申込＝4月19日㊤9時から電話にて。その後、4月20日㊤から窓口にて費用を添えて申し込み

▼豊田巨大迷路

5月24日㊤・25日㊤10時～16時(25日は15時まで) ※予約優先／費用＝100円／申込＝4月18日㊤9時から17時までの間に電話にて(24日の受付は26-1105、25日の受付は26-1106へ連絡)。その後、窓口にて費用を添えて申し込み

五郷福祉センター

☎(25)7880 FAX(25)7881

㊤祝日、年末年始

▼GOGOキッズ(会員制)

5月27日㊤～令和8年3月(全12回火曜日他) 15時～16時／内容＝運動遊び、簡単な調理など／対象＝未就園児含む3歳～6歳児と保護者／定員＝12組(申込順)／費用＝子ども1人1,000円※別途費用がかかる場合あり／申込＝4月19日㊤9時から電話にて。その後、4月20日㊤9時～30日㊤17時までに窓口にて費用を添えて申し込み

▼シニアの体力チェック～体力チェックでカラダを見つめ直そう～

5月30日㊤9時30分～11時30分／内容＝健康生活推進員による体力チェック・ストレッチ等／対象＝60歳以上の市内在住者／定員＝20人(申込順)／費用＝100円(保険料)／持ち物＝動きやすい服装、上靴(かかとのある靴、スリッパ不可)、フェイスタオル、飲み物／申込＝4月16日㊤9時から電話にて。その後、4月21日㊤9時～30日㊤17時までに窓口にて費用を添えて申し込み

▼アロマヨガ教室～アロマの香りでリラックス効果が高まる～

6月6日・13日・20日(全3回金曜日) 13時30分～14時30分／内容＝アロマの香りを楽しみながら行う初心者向けヨガ教室／対象＝市内在住者(女性限定)／定員＝8人(申込順)／費用＝100円(保険料)／持ち物＝ヨガマット、動きやすい服装、タオル、飲み物／申込＝4月18日㊤9時から電話にて(本人のみ)。その後、4月21日㊤9時～30日㊤17時までに窓口にて費用を添えて申し込み



▼お菓子作り教室～初心者さんも気軽にチャレンジ～

6月30日㊤10時～12時／内容＝マフィンを作ろう！(アップルクランブルマフィン他)／対象＝市内在住者／定員＝12人(申込順)／費用＝850円(材料費、保険料)／持ち物＝エプロン、三角巾、ふきん、飲み物／申込＝4月17日㊤9時から電話にて(本人のみ)。その後、4月21日㊤9時～30日㊤17時までに窓口にて費用を添えて申し込み

豊岡福祉センター

☎(34)8321 FAX(34)8371

✉toyookacenter@bz04.plala.or.jp

㊤祝日、年末年始

▼豊岡ウォーキング

“新緑の季節にウォーキングしませんか”

5月7日㊤(雨天時翌5月8日㊤) 9時30分～12時30分／内容＝豊岡福祉センター発着のコース／対象＝60歳以上の市内在住・在勤者／定員＝30人(申込多数の場合抽選)／費用＝200円(保険料等)／持ち物＝歩きやすい服装と靴、タオル、飲み物、帽子／申込＝4月22日㊤17時までに窓口・電話・FAX・メールにて



▼エンジョイ・フィットネス教室

“楽しく♪フレイル予防”

5月14日・28日、6月4日・11日・18日・25日、7月2日・9日(8回水曜日) 9時30分～11時／内容＝フレイル予防のためのフィットネス教室／対象＝60歳以上の市内在住・在勤者／定員＝20人(申込多数の場合抽選)／費用＝300円(保険料等)／持ち物＝室内履き(スリッパ不可)／申込＝4月22日㊤17時までに窓口・電話・FAX・メールにて