

ふれあいカフェ上代野

《活動の目的》 高齢者がいきいきと過ごせる場と多様な活動を充実させ、
継続できる地域づくり



場所

長木公民館

対象

上代野町内

活動

毎月第3火曜日 10時～11時30分

内容

体操、フレイル予防、交流会など



フレイル予防等を通して健康で
いきいきと過ごせるよう効果的
な活動を行います