

健康マージャン、モルックで健康づくり アクティブシニアも若い方も大歓迎！

社協シニアサロンのご案内

<社協シニアサロン>

伊達市社会福祉協議会では、市民活動センターを活用して、「社協シニアサロン」を行います。



<内容>

内容は、月 1 回の健康マージャンとモルックです。

健康マージャン	健康マージャンは、「飲まない（お酒）、吸わない（タバコ）、賭けない」マージャンです。初心者の方も大歓迎です。
モルック	モルックは、モルックと呼ばれる木の棒を投げて、点数の書かれた木の棒スキttlを倒すゲームで、子どもからお年寄り、障がいをお持ちの方も楽しめる簡単なスポーツです。また、昨年、函館市で世界大会が開かれ、競技人口が増えているスポーツです。

<対象>

社協シニアサロンの対象は、アクティブシニア（概ね 60 歳以上の方）と若い方で、木曜日の午前中に伊達市市民活動センター（鹿島町 20 番地 1）に集まれる方です。

<開催日>

社協シニアサロンの開催は、健康マージャンとモルックともに月 1 回の開催を予定しています。詳しい日程は、下記の表をご覧ください。

■開催予定表（4 月から 6 月実施分）

期日	時間	場所	内容
4 月 3 日（木）	10 時～12 時まで	市民活動センター 交流室 伊達市鹿島町 20 番地 1 電話 25-6503	健康マージャン
4 月 17 日（木）			モルック
5 月 1 日（木）			健康マージャン
5 月 15 日（木）			モルック
6 月 12 日（木）			健康マージャン
6 月 26 日（木）			モルック

詳しい内容は、
社会福祉法人 伊達市社会福祉協議会
電話 22-4124
担当：紺野
までお問い合わせください。

