

湘南台シニアメッセ

より健やかに
輝くあなたに！



コーヒー
ポップコーン無料！

日時 2025年6月7日(土)

13時から16時45分まで

場所 湘南台駅地下アートスクエア

自由参加・途中退席OK

■ステージイベント

【座ったままできる健康体操】
からだの衰えを予防するため
の体操と一緒に体験できます。
【老人会の文化活動発表会】
湘南台音頭、合唱、太極拳、
オカリナ演奏を披露します。

■健康測定・相談ブース

【各種測定器による健康測定】
血管年齢や脳年齢などの測定
ができます。
【相談受付】
介護や身の回りのことなど
のご相談を受け付けします。

6月6日(金)もパネル展示のみ行います。(詳しくは裏面をご覧ください)

< 主 催 >

湘南台地区郷土づくり推進会議・湘南台老人クラブ連合会・湘南台地区いきいき会議

6月7日（土）のタイムスケジュール

時 刻	内 容
13時30分	開会
13時35分～14時20分（45分）	座ってできる健康体操
14時30分～14時45分（15分）	湘南台音頭
14時50分～15時20分（30分）	太極拳
15時30分～16時00分（30分）	オカリナ演奏
16時10分～16時40分（30分）	合唱
16時45分	閉会



パネル展示について

会場でパネルの展示を行います。

期間：6月6日（金）～7日（土）まで

内容：湘南台地区の地域団体の取組、
認知症に関する普及啓発
ケアラーについての説明など



※ このイベントの内容は変更となることがあります。

<問い合わせ>

湘南台市民センター 電話0466-45-1600