

高齢者健康づくり活動住民グループの紹介

番号	地区	団 体 名	活動内容	活動日時	活動場所	新規受入
98	豊田	椿会へるすあっぷグループ	健康づくり講座（体操）	原則第4木曜 15:00～16:30	豊田生涯学習センター等	可
99	豊田	豊田元気会	ストレッチ、有酸素運動、姫トレ、 認知予防体操	第1、3金曜 10:00～11:30	豊田保健センター	可
100	豊田	リフレッシュ華山の会	健康体操（ボール・タオルを使い楽しく筋力 アップ）	原則第2、4水曜 10:00～12:00	豊田総合支所 多目的ルーム	不可
101	豊田	やさしいヨガ教室豊田	ヨガ	第2、4火曜日 9:30～11:30	豊田生涯学習センター 和室	不可

※令和8年9月現在の情報を掲載しております