【東玉川学園】

会場　：こすもす会館（東玉川学園4-3471-17）
お問い合わせ：042-710-3378（町田第3高齢者支援センター）

名称	内容	活動日・営業日	費用・報酬等
リズム体操こすもす	音楽に合わせて、さまざまな体操を行います。楽しみながら、みなさんで活動しませんか。	毎週金曜（月4回） 13:30－16:00	2000円／月
こすもす太極拳同好会	太極拳で健康維持しませんか。初心者大歓迎です。みなさんで参加しましょう。	火曜、水曜 8:30－9:30	8000円／年
町トレ　こすもす	町トレを通しての体づくり、地域づくりしませんか。	水曜 10:00－12:00	100円／月
ひとひと会	栄養士指導の介護予防料理教室	第2、第4木曜 10:00－13:00	1500円／月

【東玉川学園】

その他会場

お問い合わせ ： 042-710-3378 （町田第3高齢者支援センター）

	内容	活動日・営業日	費用・報酬等	所在地
歌って♪笑って体を鍛えよう！	正しい姿勢で大きな声を出したり、歌ったり、筋トレしたり楽しみながら体の機能や筋力を向上します	第２、４木曜 １０：００－１１：３０	無料	個人宅