

【問い合わせ先】

津市教育委員会事務局教育総務部生涯学習課
059-229-3256

B-6 健康

登録番号	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	会費	団体活動紹介	問い合わせ先
183	全日本年金者組合津支部	豊かな高齢期生活を	津市周辺		年金額により200円から800円(毎月)	ストレッチや合唱など日々楽しみながら、年金、健康保険等社会保障制度の充実や平和な社会のために学び活動しています。	059-226-1963
208	公益社団法人日本3B体操協会津グループ	3B体操	市内全域	おおよそ終日	2,000円～3,000円	社会のニーズに合わせ赤ちゃんから高齢者、障がい者まで幅広い分野に於て心と体を動かす生涯スポーツの普及を目指し活動しています。	脇田 礼子 059-231-1533 a1q2n3fw@zvtv.ne.jp
284	中勢太極拳交流会	太極拳	センターパレス、津西ふれあい会館	火曜19:00～21:00 木曜9:30～11:30 金曜13:30～15:30	入会金1,000円/ 年会費2,000円	太極拳の普及活動のため公民館講座などで実技講習や指導者の養成を行い、地域の方々との交流や心身の健康づくりを目指し活動しています。	新山 美子 090-3482-5123
346	つつじ会	ストレッチ体操等	津市公共施設(津西会館、新町会館)	週1回程度		筋トレやストレッチ運動で体力づくり、仲間づくりをしています。心身のリフレッシュを目標にしています。	生涯学習課にお問い合わせください。
411	体操教室	健康体操の実践	津市津西ふれあい会館	毎週水曜 AM 毎週金曜 夜	月額2,800円	近い将来、自分自身が寝たきりにならないようにするための全身運動を1週間に1度行っています。	生涯学習課にお問い合わせください。
418	三重うーしゅうクラブ	健康太極拳、カンフー	津市、亀山市、鈴鹿市	午前、午後、夜間	大人年間費2000円、ジュニア1000円	健康維持やフレイル予防、介護予防などを目的とした会です。また子供達のカンフーなど心と体の健康も計っています。	奥村 奈々子 生涯学習課にお問い合わせください。
419	健康体操 土曜ストレッチサークル	ストレッチ体操	安濃中公民館	奇数週 土曜日 10時～11時30分	1回 1,000円程度	仲間と一緒に無理なく心地よいストレッチで日常動作の機能維持や健康寿命を延ばす取り組みをしています。	生涯学習課にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

津市教育委員会事務局教育総務部生涯学習課
059-229-3256

B-6

健康

登録 番号	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	会費	団体活動紹介	問い合わせ先
420	健康体操 水曜 ストレッチ	ストレッチ体操	安濃中公民館	第1・3・4水曜日10時～11 時30分	1回 1,000円	仲間と一緒に、無理なく心地良 いストレッチで、日常動作の機能 維持や健康寿命を延ばす取り組 みをしています。	生涯学習課にお問い合わせ ください。
421	健康体操 木曜 ストレッチ	ストレッチ体操	安濃公民館	毎週木曜日	1回 1,000円	仲間と一緒に無理なく心地よい ストレッチで、日常動作の機能維 持や健康寿命を延ばす取り組み をしています。	生涯学習課にお問い合わせ ください。