

まちなかサロン利用団体紹介

きっと・きと健幸サロン

健康寿命を延ばそう！ 世代を越えた仲間が集う

女性、男性、年代問わず、楽しく健康寿命を延ばそうという仲間がいろいろな計画を立てて、まちなかサロンに集まっています。笑いヨガや体操の先生に来ていただいて体を動かしたり、お鍋を作ってみんなで食べたり、2月には、温かい紅茶（チャイ）をいただきながら楽しい時間を過ごそうと「紅茶の会」も開催しました。春になったらバスに乗ってお花見に行く計画もあります。外へ出て、人とつながる機会を大切にして「健幸」になることを目指しています。



まずはみんなで体操から！
3月は15日（日）に開催。詳細は表面で



まちスポ・フスタマンの
レガートさんぽ

マレーシア出身
留学生
フスタマン
がゆく！

総曲輪レガートスクエアで みつけた！

Vol.5 まちなかサロンの春休み企画に注目！！
英語に親しむ「Hi! English」

小学生対象の講座を開催

■まちなか総合ケアセンター 1F の「まちなかサロン」では、長期休みを利用して小学生の体験企画が行われています。冬休みの「富山の竹で門松を作ろう」も大人気でし



毎年大人気の冬休みの企画「富山の竹で門松を作ろう」

キャンセルになりました。

■歌やゲームを通して親子で楽しみながら英語に親しむ企画を考えています。鏡を使ったアクティビティも用意していますよ。小学生親子の皆様ぜひご参加を。

3/30日①・31日② 各日：15:00~16:00

まちなかサロンの春休み
「Hi! English」

◆費用：1組 500円
◆定員：各日 10組

◎ 総曲輪レガートスクエア協議会事務局 まちスポとやま
TEL：076-461-3332

留学生目線で総曲輪レガートスクエアの魅力を
お伝えしていきます！！

つづく

総曲輪レガートスクエアイベント情報

3/21

10:00～16:00

春のま
～親子～

段ボール電
りなど親子
限定ランチ、スイーツやパンのマルシェも登場！

キャンセルになりました。



イベントの詳細は
こちらまで！

まちスポとやま TEL076-461-3332



総曲輪レガートスクエア

富山市総曲輪4丁目 センター「国際会議場前」下車徒歩2分。
駐車場は隣接の立体駐車場等（有料）をご利用ください。



まちなかサロン内に
タニタ「体組成計」
を完備！！

健康づくりに
ご活用ください

◆1回 100円
（専用紙で結果をお渡し）