



ココカラ

平成30年8月発行 第3号

発行・編集：台東区 福祉部介護予防・地域支援課
〒110-8615 台東区東上野4-5-6

☎5246-1295 FAX 5246-1179

ホームページ：<http://www.city.taito.lg.jp/>

楽しく活動している
グループの紹介

通いの場づくり
やってみませんか

充実ライフに
役立つコラム

特集 楽しく活動しているグループを紹介します

民族衣装でフォークダンス♪



さくらフォークダンス

油絵・水彩画を描いて心豊かに



小島サファイヤ会

元気にころばぬ先の健康体操!



若草ころばん会

水中エクササイズで全身運動!



水遊会

太極拳で心身共にリフレッシュ!



坂本太極拳同好会

大正琴で癒されます!



東上野大正琴サークル

スプラウトで楽しく食育を!



スプラウトの会

日本舞踊で健康に!



雪の会

優雅なフラダンスでハワイ気分!



オ・カラニ フラハラウ

民謡でココロもカラダも元気に!



稲和長寿会

手話をまじえて歌っています♪



手話コーラス 喜幸会



Taito kun