

# ほっとサロン 分布図

～あなたの街のほっとサロン～

すき家とあさひ自転車の間の道を通って本宿町公園に行くと、公園内の北側にあります。

**④本宿町四丁目公会堂**  
 場所: 本宿町4-17  
 (本宿町公園内北側)  
 日時: 毎週火曜日  
 10時～10時45分

府中第5小学校の西隣です。文化センターからは富士山も見えて景色は最高です。

**⑤西府文化センター  
2階大広間**  
 場所: 西府町1-60  
 日時: 毎週金曜日  
 10時～10時45分

いろいろな場所で行っています。一緒に体を動かしたり、交流を楽しみましょう。



甲州街道沿いで西府橋交差点の東側です。包括にしふも鳳仙寮の1階にあります。

**①特別養護老人ホーム鳳仙寮  
5階地域交流スペース**  
 場所: 西府町2-24-6  
 日時: 毎週火曜日  
 13時30分～14時15分

日新小学校西側の日新通りをはさんだ日新町第2公園の中にあります。

**②日新町西自治会館**  
 場所: 日新町5-41  
 (日新町第2公園内)  
 日時: 毎週金曜日  
 13時30分～14時15分

**③日新町東自治会館**  
 場所: 日新町3-27  
 (日新町公園内)  
 日時: 毎週木曜日  
 14時～14時45分

くすのき通りを通る、ちゅうバス『日新三丁目』停留所脇の細い道を歩くと日新町公園の中にあります。



## ほっとサロンとは

気軽にできる体操やレクリエーションを通じ、参加される方が「ほっ」とした時間を過ごせるようサロンを開いています。近隣の自治会館や公会堂などを利用して週1回のペースで行っています。

### <対象者>

府中市にお住いの65歳以上の方

### <活動内容>

- ・血圧測定などの健康チェック
- ・体操(基本的に椅子に座って行います。)
- ・レクリエーション(脳トレ、工作、ゲーム、体力測定、お茶会など)

### <参加料>

500円(1ヵ月)

### <その他>

- ・介護保険サービスを利用されていても参加できます。
- ・会場までの送迎サービスはありません。

見学など随時可能ですので、ぜひお声かけ下さい。  
近くてちょっといいところ♪

【お申込み・お問合せ】 府中市地域包括支援センターにしん

おぐら いけがみ おだ

☎ 042-360-1380 担当：小椋・池上・織田

65歳以上の西府町・本宿町・  
日新町にお住いの皆様へ

ほっとサロン

にしんエリア



元気一番!!ふちゆう体操  
イメージキャラクター  
ひばピー



元気一番!!ふちゆう体操  
イメージキャラクター  
ひばピー



元気一番!!ふちゆう体操  
イメージキャラクター  
ひばピー

