

7
2026



オープンサロン
ふらっとベル
FLAT BELL

開催日

毎週 火、水、木 曜日
13時～15時45分

日	月	火	水	木	金	土
			1 	2	3 ベル百歳体操	4
5	6	7 ベル百歳体操 &ミニ講座	8	9 	10 ベル百歳体操	11
12	13	14 ベル百歳体操 &ミニ講座	15 	16	17 ベル百歳体操	18
19	20	21 ベル百歳体操 &ミニ講座	22 	23	24 ベル百歳体操	25
26	27	28 ベル百歳体操 &ミニ講座	29	30	31 ベル百歳体操	

ショッピングシティ・ベルでは、高齢者の健康増進に取り組んでいます。

①ベルウォーキング:店内のウォーキングコースを歩こう♪

②百歳体操:おもりを使った筋力体操!

火曜・金曜の13:30～ ベル3階 研修室5、6

※火曜日は、ミニ講座を予定(協力:近隣の高齢者福祉事業所)

※百歳体操については、右記の二次元コードから。



福井市いきいき百歳Webサイト



HOME
TOWN
コスモス
(高齢者施設)



あさくら苑
(高齢者施設)



花むつ苑
(高齢者施設)



玉ノ江こども園

上記のマークの日には、それぞれ専門の職員もいます

【問い合わせ】

社会福祉法人

福井市社会福祉協会ボランティアセンター

☎0776(22)-0022