R6(2024)年度コツコツ貯筋体操　実践会場一覧(8月31日現在)

コツコツ貯筋体操開催会場の一覧です。

体操の体験及び参加をご希望の方は介護高齢課地域包括支援係（電話：43-9125)までお問い合わせください。

＊なお、会場の都合により実施曜日や時間が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

↓こちらからお探し下さい↓

中央、比角、剣野、大洲、鯨波、上米山、米山、半田、枇杷島、中道、西中道、田尻、北鯖石、荒浜、高浜、松波、高田、上条、野田、別俣、鵜川、南鯖石、中鯖石、北条、西山、高柳、事業所

開催地区	活動団体名（活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
中央	中央はまなす (くらしのサポートセンター)	柏崎小学校 （学校町1-88）	毎週月曜日 （10:00～11:30） 毎週月火～金曜日 （11:00～11:40）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	本町二丁目・鵜川町健康体操会 （いきいき地区活動）	喬柏会館 （西本町3-6-26）	毎週木曜日 （9:30～10:30）	高齢者	可
	東栄町町内会 （老人ｸﾗﾌﾞ、町内会）	東栄町町内会館 （中央町11-29）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	東栄町住民	否
	ケアハウスしおかぜ （高齢者世話付住宅）	ケアハウスしおかぜ （北園町21-19）	水、金曜日 （14:00～14:40）	入居者	可
	新橋元気会 （町内会）	新橋会館 （新橋8-1）	毎週火曜日 （10:00～11:00）	地区高齢者	可
	柏木町町内会 （町内会）	柏木町集会所 （桜木町8-18）	毎週火、金曜日 （9:30～10:30）	柏木町町内会員	否
	ほのぼのクラブ （町内会）	①市民プラザ 3F和室（305,306） 2F201 （東本町1-3-24） ②田町集会所 （東本町1-8-15付近）	①毎週月曜日 （10:00～11:00） ※会場予約の都合で曜日が変更になる場合有 ②毎週水曜日 （9:30～10:30）	①田町町内の方(新規に町外参加を認めない） ②田町町内の方	否
	旭町１丁目町内会 （町内会）	旭町１集会場 （西本町1-8-14）	毎週金曜日 （9:30～10:30）	町内の住人、他　年齢不問	可
	東学校町町内会 （町内会）	東学校町集会所 （中央町4-66）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	地域住民 主に高齢者	可
	住吉町町内会 （町内会）	住吉会館 （東港町2-6）	毎週火、金曜日 （9:30～10:30） ※祝日は休み	住吉クラブ会員	可
	諏訪町１丁目コツコツ貯筋体操会 （町内会）	諏訪町１丁目公会堂 （小倉町1-5）	毎週月曜日 （13:30～14:30）	町内会有志	否
	鏡町コツコツ貯筋体操　愛好会 （町内会）	鏡町集会場 （鏡町4-11）	毎週金曜日 （13:30～15:00）	愛好会会員 65歳以上	否
	北園町町内会 （町内会）	北園町集会所 （北園町5-30）	毎週金曜日 （9:30～10:30）	北園町町内会員	否
	栄町町内会 （町内会）	栄町公会堂 （栄町6-5）	毎週水曜日 （9:30～10:30） ※祝日は休み	栄町住民	可
	桜木町町内会 （町内会）	桜木町公会堂 （桜木町19-38）	毎週月曜日 （9:30～10:30）	町内会員	否
	港町１、２丁目町内会 （町内会）	港町１、２丁目集会所 （西港町5-17）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	港町１、２丁目会員	否
	諏訪町３丁目町内会 （町内会）	諏訪町三公会堂不動尊堂 （諏訪町18-1）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	町内会会員	否

開催地区	活動団体名 （活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
	新花町町内会 （町内会）	金刀比羅宮社務所 （新花町11-23）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	新花町町民	否
	本町三丁目 三葉会 （町内会）	喬柏会館　2階和室 （西本町3-6-26）	毎週水曜日 （10:00～11:00）	本町三丁目町内会員、近隣の方	可
	あさひ会（旭町2丁目） （町内会）	市民プラザ （東本町1-3-24）	毎週火曜日 （10:00～11:30）	町内会会員	可
	諏訪町2丁目町内会 （町内会）	諏訪町、稲荷社 （諏訪町11-22）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	諏訪町2丁目町内会員	否
	表町コツコツ貯筋体操会 （町内会）	表町集会所 （新橋3-14）	毎週火曜日 （10:00～11:00）	表町住民	否
	サンテ駅前桜寿 （サービス付高齢者向け住宅）	サンテ駅前桜寿内2Fホール （日石町1-12）	毎週金曜日 （10:00～10:30）	住人（入居者）	否
比角	むつば会 （老人ｸﾗﾌﾞ）	白竜会館 （四谷1-1-40）	毎週木曜日 （9:30～10:30）	比角地区高齢者	可
	楽々健康クラブ （体操教室）	比角ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （比角2-9-47） ①和室②体育館	毎週火曜日 ①（10:00～11:00） ②（13:30～14:50）	比角地区高齢者 年会費300円 希望者は直接会場へ	可
	八甲　若竹の会 （町内会）	比角ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （比角2-9-47）	毎週火曜日 （13:30～14:30）	比角八区甲にお住まいの成人	否
	比角コツコツ元気サロン （町内会）	比角13区集会所 （比角1-2-13）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	比角13区の高齢者	否
	新田畑健康クラブ （町内会）	新田畑集会所 （新田畑4-15）	毎週月曜日 （9:00～10:00）	町内中高年者有志	否
	いきいき教室北半田 （町内会・老人ｸﾗﾌﾞ）	北半田集会所 （北半田1-13-22）	毎週火曜日 （10:00～11:30） ※祝日は休み	原則町内全住民	否
	比角四区コツコツ貯筋ためよう会 （町内会）	個人所有住宅	毎月第2、第4火曜日 （9:30～10:30）	比角四区町内会員	可
	スマイル田塚 （町内会）	田塚公会堂 （田塚2-2-19）	毎週火曜日 （9:30～10:30）	町内住民	否
	比角めんずこつこつ （体操教室）	比角ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （比角2-9-47）	毎週月、金曜日 （13:30～15:00） ※祝日は休み	原則、二中校区内在住の男性	可
	比角十一区さわやかサロン （町内会）	比角十一区会館 （扇町4-54-15）	毎月第2、4火曜日 毎月第1、3金曜日 （9:30～10:30）	町内会員	否
	南田塚サークル南 （町内会）	南田塚会館 （藤井字山崎882-3）	毎週金曜日 （9:30～10:30）	町内及び近隣地域・他	可
	コツコツ豊 （町内会）	総合福祉ｾﾝﾀｰ （豊町3-59）	毎週金曜日 （10:00～11:00）	町内住民	否
剣野	三島町コツコツ貯筋体操の会 （町内会）	三島町集会所 （三島町15-9）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	三島町、剣野町の住民	可
	常盤台つくしの会 （町内会）	常盤台会館 （常盤台15-17） ※6・7月は剣野コミセン （常盤台25-5）	毎週木曜日 （9:30～10:30）	つくしの会会員	可
	米山台コツコツ貯筋体操の会 （町内会）	米山台福祉ｾﾝﾀｰ （米山台3-8-14）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	地域住民	可
	新赤坂いきいき会 （町内会）	新赤坂町集会所 （新赤坂3-5-5）	毎週火曜日 （9:30～10:30）	新赤坂町民、新赤坂町内会会員	否
	剣野町内会 （町内会）	剣野町集落開発ｾﾝﾀｰ （剣野町7-26）	毎週木曜日 （9:30～10:30）	剣野町内会員	可
	さくらホーム大洲 （くらしのサポートセンター）	大洲小学校 （大久保2-10-13）	毎週月曜日 （9:30～10:30）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	

開催地区	活動団体名（活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
大洲	大洲若返り貯筋塾（大洲地区振興会）	大洲ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（赤坂町3-14）	毎週木曜日（10:00～11:00）	一般（50～70代）	可
	中浜教室（コツコツ貯筋）	大洲ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（赤坂町3-14）	毎週水曜日（10:00～11:00）	地区民	可
	番神いきいき体操会（町内会）	番神公会堂（番神2-4-35）	毎週月曜日（10:00～11:00）※1．2月は月・木曜日	番神町民	可
	大洲一区町内会（町内会）	大洲一区町内会集会所（中浜2-15-25）	毎週火曜日【男性の部】（8:30～9:30）【女性の部】（10:00～11:00）	町内会員	可
	大久保こつこつ教室（町内会）	大久保会館（大久保1-8-28）	毎週木曜日（10:00～11:00）	地区民	否
鯨波	川内町内会（町内会）	川内公会堂（川内入口バス停前：鯨波1143付近）	毎週火曜日（13:30～14:30）	川内町内会住民	可
	鯨波町内会（町内会）	鯨波町内会館（鯨波2-4-54）	毎週火曜日（9:30～10:30）	鯨波町民	否
	東の輪町内会（町内会）	東の輪町公会堂（東の輪4-18）	毎週月曜日（9:30～10:30）	65～90歳男女込	可
上米山	上米山はなももの会（ｺﾐｾﾝ）	上米山ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（谷根3232-3）	毎週木曜日（10:00～11:30）	上米山地区高齢者	可
	谷根ひだまりの家（くらしのサポートセンター）	上米山ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（谷根3232）	毎週火曜日（9:30～）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
米山	米山町内会（町内会）	米山ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（米山町1338-2）	毎週水曜日（9:30～10:30）	60歳以上	否
	笠島町内会（町内会）	笠島ふれあいｾﾝﾀｰ（笠島字江の尻314）	毎週火曜日（9:00～10:30）	笠島住民	否
	上輪ふれあいサロン（町内会）	上輪会館（上輪720）	【4月～12月】毎週水曜日（10:00～11:00） 【1月～3月】毎週月、木曜日（10:00～11:00）	町内会	可
	上輪新田ふれあいサロン会（町内会）	上輪新田ふれあい館（上輪新田323-4）	毎週水曜日（10:00～11:00）	地区の人ならどなたでも	可
	青海川青和会（町内会老人ｸﾗﾌﾞ）	青海川開発ｾﾝﾀｰ（青海川439）	毎週火曜日（14:00～15:00）※8月休みのため7月は火・金曜日	青海川青和会会員	可
半田	半田コミセン　コツコツ貯筋クラブ（ｺﾐｾﾝ）	半田ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（岩上20-52）	毎週水曜日（9:30～11:00）祝日を除く	地域希望者	可
	長峰町コツコツ健康クラブ（町内会）	長峰町会館（長峰町18-1）	毎週水曜日（10:00～11:00）	長峰町内会員	可
	ゆりが丘町内会　生き生きサロン会（ｻﾛﾝ）	ゆりが丘会館（横山3325-5）	毎週月、木曜日（10:00～11:00）	年齢問わず、どなたでも大歓迎	可
	朝日が丘イキイキクラブ（町内会）	朝日が丘集会所（朝日が丘21-19）	毎週月曜日（9:30～10:30）	イキイキクラブ会員	否
	南半田健康塾（町内会）	南半田集会所（南半田9-24）	①毎週月、木曜日（9:30～11:00）※半田小学校が春休み、夏休み、冬休みの間及び、小学校の代休日と重なる日は実施しない	南半田町内会員	可
	東半田健活会（町内会）	東半田防災ｾﾝﾀｰ（半田2-14）（半田中央公園内）	毎週火、金曜日（9:30～10:30）	東半田町内会員	可

開催地区	活動団体名 （活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
枇杷島	半田町内コツコツ貯筋体操クラブ	はんだふれあい会館 （朝日が丘2-32）	毎週月曜日 （9:30～11:00）	町内住民	否
	岩上コツコツ貯筋クラブ	岩上集会所 （岩上21-7-3）	毎週水曜日 （13:30～14:45）	65歳以上の住民	否
	城東コツコツ体操 （町内会）	城東集会所 （城東2-3-2）	毎週土曜日 （9:20～10:10）	地区高齢者	可
	宮場町健康作りの会 （いきいき地区活動）	宮場町ふれあい会館 （宮場11-11）	毎週火曜日 （9:00～10:30） ※5・6・10月は、他の行事が1日入る	健康作りの会会員	可
	びわの家 （くらしのサポートセンター）	①枇杷島ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （宮場町12-8） ②幸町会館 （幸町8-11）	①毎週火～金曜日 （10:00～11:00） ②木曜日 （10:00～11:00）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可（木曜日）	否
	関町町内会 （町内会）	関町会館 （関町4-34）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	概ね65歳以上の町民	可
	柳橋町内会 （町内会）	柳橋会館 （柳橋町3-50）	毎週火、金曜日 （13:30～14:30）	柳橋町住民	可
	田中町内会 （町内会）	田中集会場 （田中10-21）	毎週水曜日 （10:00～11:00）	田中町内会会員	否
	穂波町町内会 （町内会・老人会）	穂波会館 （穂波町3-32）	毎週水曜日 （9:00～10:00 10:00～11:00）	町内会会員	否
中通	曽地サロン （ｻﾛﾝ）	曽地集落開発ｾﾝﾀｰ （曽地1556）	毎月第1土曜日（※原則として） （9:30～11:15）	地区高齢者	否
	健康体操・いちの会	曽地集落開発ｾﾝﾀｰ （曽地1556）	毎月1日、11日、21日 （9:00～10:00）	地区住民	可
	中通だいにちの里 （くらしのサポートセンター）	吉井集会所 （吉井2184）	毎週月曜日 （9:30～10:30）	吉井地区高齢者 くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	曽地新田ふれあいサロン（ｻﾛﾝ）	曽地新田集落ｾﾝﾀｰ （曽地94-2）	毎月第3土曜日 （14:00～14:45） ※都合により曜日が変更になる場合有	曽地新田住民	可
	矢田健康クラブ （老人会）	矢田集落開発ｾﾝﾀｰ （矢田126）	毎週水曜日 （10:00～11:00）	矢田長寿会会員及び町内の希望者	可
西中通	下原明朗会 （老人ｸﾗﾌﾞ）	下原公会堂 （原町2-24）	毎月第2、第3、第4金曜日 （9:00～10:00）	老人クラブ会員、他希望者	可
	コツコツ体操　春日カトレア （町内会）	春日公会堂 （春日2-10-2）	毎週水曜日 （9:30～10:50） ※第3水曜日は休み	春日町民	可
	長崎さくら会 （町内会）	長崎集会所 （長崎1292-1）	毎週火曜日 （9:30～11:00）	希望参加者 町内在住者	否
	山本貯筋活健松山会 New	山本公会堂 （山本815-1）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	松山会会員	否
	西中通くらしのサポートセンター にしなかの郷 （くらしのサポートセンター）	月：春日公会堂 （春日2-10-2） 火：山本公会堂 （山本815-1） 水：下原公会堂 （原町2-27） 木：藤元町集会場 （藤元町6-16） 金：下大新田集会場 （下大新田392-4）	毎週月～金曜日 （10:00～10:30）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加否	

開催地区	活動団体名（活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
田尻	上田尻気楽会 （老人ｸﾗﾌﾞ・町内会）	上田尻ｾﾝﾀｰ （上田尻787-1）	毎週月曜日 （9:30～11:00） ※祝日の場合は翌日	老人クラブ員 一般会員	可
	佐藤池コツコツクラブ （いきいき地区活動）	佐藤池新田公民館 （佐藤池新田457）	毎週木曜日 4～10月 （9:00～10:00） 11～3月 （9:30～10:30）	町内会員	可
	平井白山クラブ （老人ｸﾗﾌﾞ）	平井集落ｾﾝﾀｰ （平井2586）	毎週金曜日 （9:00～10:00）	地区高齢者	否
	よつわ （くらしのサポートセンター）	月：安田町公民館 （安田1770-1） 火：御山町集会所 （佐藤池新田109-1） 水：茨目集会所 （茨目3-2-58） 第1.3木：上田尻ｾﾝﾀｰ （上田尻787-1） 第2.4木：下田尻ふれあいｾﾝﾀｰ （下田尻103-1） 金：中道会館 （安田2357-2）	毎週月～金曜日 （10:45～11:30）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	鳥越貯筋クラブ （いきいき地区活動）	鳥越集会所 （安田535-1）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	町内全般	可
	三ツ家貯筋体操水曜会 （町内会）	三ツ家公民館 （安田4600）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	概ね60歳以上の町内会員	可
	中道コツコツ貯筋体操会 （町内会）	中道会館 （安田2357-2）	毎週木曜日 （9:30～10:30）	高齢者及び町内住民	可
	明神体操会 （町内会）	明神公民館 （安田2696-1）	毎週木曜日 （9:30～10:30）	町内の方	可
	茨目コツコツ健康クラブ （町内会）	茨目集会所 （茨目3-2-58）	毎週月曜日 （9:30～10:30）	老人クラブ、町内会	可
	両田尻コツコツ体操クラブ （町内会）	両田尻公民館 （両田尻409）	毎週水曜日 （10:00～11:00）	両田尻高齢者	可
	御山町々内会 （町内会）	御山町集会所 （佐藤池新田109-1）	毎週木曜日 （10:00～11:00）	絆会会員及び町内	可
	安田町コツコツ体操 （町内会・老人会）	安田町公民館 （安田町1770-1）	毎週水曜日 （9:30～10:30）	町内会、福寿会	可
	池の峰町内会　日向の会 （町内会）	池の峰町内集会所 （上田尻2914-34）	毎週木曜日 （14:00～15:00）	町内会	可
	コツコツ貯筋体操今熊町内 （町内会）	今熊ふれあいｾﾝﾀｰ	毎週月曜日 （10:00～11:00）	町内会	否
	下田尻こつこつクラブ （町内会）	下田尻ふれあいｾﾝﾀｰ （下田尻103-1）	毎週火曜日 （9:00～10:00）	町内会	可
	農協女性部（田尻支部）	田尻ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （大字安田1413番地1） 又は田尻農協2階	毎週金曜日 （9:00～10:00） ※祝日は休み ※8/16,12/13,20,27, 1/3休	農協女性部員	否
	上軽井川町内会 （町内会）	上軽井川公民館 （軽井川1200－1）	第1.3火曜日 （9:00～10:00）	町内会	

開催地区	活動団体名 （活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
北鯖石	北鯖石いつわ （くらしのサポートセンター）	月：与三ふれあいｾﾝﾀｰ （与三1067） 火：中田集会場 （中田2287） 水：下藤井集落開発ｾﾝﾀｰ （藤井7352-1） 木：上藤井集落開発ｾﾝﾀｰ （藤井8305） 金：畔屋公会堂 （畔屋461）	毎週月～金曜日 （10：30～11：10）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加否	
	①暮らスポ（暮らしの中にスポーツを） （ｺﾐｾﾝ） ②暮らスポ弐	①②北鯖石ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （中田2295-1）	①毎週水曜日 （13：30～14：30） ②毎月第1、第3金曜日 （13：30～14：30）	①②北鯖石地区に住む高齢者	否
	畔屋「よらんかい」 （町内会）	畔屋公会堂 （畔屋461）	毎月第3火曜日 【3月～11月】 （10：00～12：00） 【12月～2月】 （9：30～12：00）	畔屋町内の人	可
	与三たんぽぽ会 （ｻﾛﾝ）	与三ふれあいｾﾝﾀｰ 2階　和室 （与三1067）	毎月第2、第4金曜日 （9：30～10：30）	与三町内会員	否
	上藤井老人クラブ藤美会 （老人クラブ）	上藤井集落開発ｾﾝﾀｰ （藤井8305）	毎月第1、第3月曜日 （9：00～10：00）	上藤井老人クラブ会員	可
	中田遊びリテーション （町内会）	中田集会所 （中田2287）	第2、第4木曜日 （9：30～11：30）	中田地区高齢者（年齢指定なし）	可
荒浜	荒浜健康クラブ （ｺﾐｾﾝ）	荒浜ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （荒浜3-7-17）	毎週木曜日 （10：00～11：30）	高齢者、町民	可
高浜	高浜ファイト （体操教室）	高浜ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （宮川2298-3）	毎週月曜日 （9：30～11：00）	会員	可
	椎谷町内会 （町内会）	椎谷ふれあいｾﾝﾀｰ （椎谷1855）	第1、3、4水曜日 （13：30～15：00） ※1、2月休み	椎谷町内会員	可
松波	松波健康貯筋クラブ （町内会）	①1丁目会場 松波会館（松波1-4-24） ②2丁目会場 松波ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ2階研修室（松波2-17-3） ③3丁目会場 3丁目公営住宅集会場 （松波3-6-21） ④4丁目会場 4丁目集会所 （松波4-3-53）	①毎週火曜日 （10：00～11：00） 毎週金曜日（男性） （10：00～11：00） ②毎週水曜日 （10：00～11：00） ③毎週木曜日 （10：00～11：00） ④毎週木曜日 （10：00～11：00） ※４丁目会場は、９～１２月は週２回（月、木曜日）実施。1、2月は休み	松波町民全員	否
高田	高田みゆきの里 （くらしのサポートセンター）	①堀会館 （堀1814-1） ②中村集会所 （新道5067-2）	①毎週月、木曜日 （10：00～11：000） ②毎週火、金曜日 （10：00～11：00）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	高田コミセン （ｺﾐｾﾝ）	高田ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （新道3388）	毎週火曜日 （9：30～10：30）	高田地区民 年会費200円	可
	横山ヤング・シルバーお楽しみ会 （町内会）	横山集落開発ｾﾝﾀｰ （横山845）	毎月第1木曜日 （13：30～14：30） ※14：30～15：00茶話会（5月～2月） 毎月第3・5木曜日 （13：30～14：30）	横山町内住民	可
	南下いきいき会 （町内会）	南下集会所 （南下1157）	毎週木曜日 （9：30～10：30）	南下住民	可
	堀町内会　昭和会	堀会館 （堀1814－1）	毎月第4金曜日 （14：00～14：30）	昭和会会員（約30名）	否

開催地区	活動団体名（活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
	向陽キラキラサロン（町内会）	向陽会館（向陽町3220-7）	毎週木曜日（9:30～10:30）	向陽町内会員	否
上条	上条元気部（ｺﾐｾﾝ）	上条ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（宮之窪3180）	毎週金曜日（9:30～10:30）	地域住民、その他希望者	可
	上条町内会（町内会）	上条進修館（上条19）	毎週火曜日（14:00～15:00）	町内会住民・その他	可
	芋川健康クラブ（町内会）	芋川集会所（芋川114）	毎週月曜日（9:00～10:00）	芋川町内会員	可
	上条たこうちの里（くらしのサポートセンター）	旧上条保育園（宮の窪3180）	毎週月、火、水、木、金曜日（11:00～11:30）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	山口町内会（町内会） New	山口集会所（山口2516-2）	毎週水曜日（13:30～14:30）	町内住民	
野田	野田のぎくの里（くらしのサポートセンター）	野田ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ内（野田473）	毎週水、木曜日（11:00～11:30） 第1第3月曜日（10:00～11:00）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	石払すみれ会（町内会）	石払会館（田屋2895-1）	毎月第1水曜日（9:30～12:00）	石払住民	可
	野田コミュニティセンター（ｺﾐｾﾝ）	野田ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（野田473）	毎週木曜日（9:30～10:30）	野田町内会員	否
	田屋スマイルサロン（ｻﾛﾝ）	田屋会館（田屋43-1）	毎週火曜日（13:30～14:30） 第2水曜日（9:30～10:00）	町内住民	否
別俣	別俣の郷（くらしのサポートセンター）	①水上林業会館（水上194-1） ②別俣ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ（久米1089-2）	①毎週火～金曜日（10:30～11:30） ②第１月曜日、第４金曜日（9:00～10:00） ※第１月曜日、第４金曜日は一般開放	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
鵜川	鵜川山ゆりの里（くらしのサポートセンター）	体験の里ほたる（女谷4550-1）	毎週火～金曜日（10:30～11:30）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
南鯖石	田島老人クラブ（老人クラブ）	田島活性化ｾﾝﾀｰ（山室530-2）	第1、第3水曜日（9:00～10:00）	田島老人クラブ会員他	否
	南鯖石かたこの里（くらしのサポートセンター）	月：田島公会堂 火：小清水集落開発ｾﾝﾀｰ 水：宮之下集落開発ｾﾝﾀｰ 木：笹崎ふれあいｾﾝﾀｰ 金：山室特産ｾﾝﾀｰ	毎週月～金曜日（10:00～10:30）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	可
	宮之下集落（老人ｸﾗﾌﾞ）	宮之下集落ｾﾝﾀｰ（石曽根1429-1）	【4月～11月】 毎週火曜日（8:30～9:30） 【12月～3月】 毎週火、金曜日（9:00～10:00）	老人クラブ会員	可
	大沢福友会（老人ｸﾗﾌﾞ）	大沢集落集会所（大沢240-1）	毎週水曜日（9:00～10:00） ※時間変更有 ※3月のみ週2回（毎週水、土曜日）	福友会会員	否
	笹崎長生会（老人ｸﾗﾌﾞ）	笹崎ふれあいｾﾝﾀｰ（石曽根6160-1）	毎週火曜日（9:00～10:00）	老人クラブ会員	可
	山室町内会（町内会）	山室特産センター（山室2331）	毎週水曜日（9:00～10:30） ※1、2月休み	町内全世帯	可

開催地区	活動団体名 （活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
中鯖石	中鯖石十和の里 (くらしのサポートセンター)	月：上加納公会堂 （加納2937） 水：与板ふれあい館 （与板1135） 木：飛岡集会所 （善根1817） 金：下加納ふれあいｾﾝﾀｰ （加納518）	毎週月、水、木、金曜日 （11：00～11：45）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	佐之久コツコツ体操たんぽぽの会 （町内会）	佐之久公会堂 （善根2819）	月2～1回（火、木曜日） （10：00～11：00） 不規則 ※12月～3月まで休み	佐之久集落の高齢者	可
	飛岡コツコツ教室 （町内会）	飛岡集会場 （善根1817）	毎週金曜日 （10：00～11：00）	町内会	可
	下加納町内会体操会 （町内会）	下加納ふれあいｾﾝﾀｰ （加納518）	毎週金曜日 （14：00～15：00）	町内会	可
	与板集落 （町内会）	与板ふれあい館 （与板1135）	毎週火曜日 （10：00～11：00）	65歳以上の者全員	可
	上加納上和クラブ （町内会）	上加納公会場 （加納2937）	毎週火曜日 （9：00～10：00） ※祭日は休み ※農繁期は休むことあり	上加納集落	可
	久之木健康クラブ （町内会）	久之木生活改善ｾﾝﾀｰ （善根8896）	毎週火曜日 （9：30～10：30）	町内会	否
	中加納 （町内会）	中加納集落開発ｾﾝﾀｰ （加納1551-2）	毎週木曜日 （9：00～10：00）	中加納在住者	否
北条	北条ぬくもりの家 (くらしのサポートセンター)	①南条公会堂 （南条4413-4） ②小島集落ｾﾝﾀｰ （小島109） ③旧広田公会堂 （旧広田577-1）	①毎週月、水曜日 （10：30～11：20） 第1、3、4、5火曜日 （9：30～11：00） ②第2火曜日 （9：00～10：30） ③毎週金曜日 （10：30～11：20）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加可	
	杉平ふれあいサロン （ｻﾛﾝ）	杉平集落ｾﾝﾀｰ （東長鳥乙260-3）	毎月５日 （13：30～14：30）	ふれあいｻﾛﾝ会員	否
	コツコツ貯筋旧広田友和会 （町内会）	旧広田公会堂 （旧広田577-1）	毎週水曜日 （9：00～10：30）	旧広田町内有志	否
	深沢笑み骨体操 （町内会）	深沢公会堂 （東条2518）	毎週水曜日 （14：00～15：00）	深沢地区会員	可
	四日町健康ひろば （町内会）	四日町会館 （北条1267-1）	毎週火曜日、木曜日 （9：00～10：00）	北条地区民	可
	荒町町内会 （町内会）	荒町ｾﾝﾀｰ （北条）	毎月第1、3水曜日 （9：00～10：00）	町内会員	可
	かしま健康会	鹿島集落ｾﾝﾀｰ （本条45）	毎月第2、4木曜日 （9：00～10：00） 第5木曜日（6.8.11.2月） （9：00～10：00）	鹿島町内会	可
	家近コツコツ貯筋体操	家近公会堂 （家近）	毎月第2月曜日 （9：00～10：00）	町内会	可
	南条地区コツコツ貯筋体操	南条公会堂 （南条4413-4）	毎週木曜日 （9：30～10：30）	地区住民	可
	石地わくわく元気教室 （ｺﾐｾﾝ）	石地区民ｾﾝﾀｰ （西山町石地1167）	毎週木曜日 （9：30～10：30）	石地地区高齢者	可
	浜忠コツコツ貯筋体操の会 （町内会）	浜忠集落開発ｾﾝﾀｰ （西山町浜忠2975）	毎週水曜日 （9：30～11：00）	町内住民	可

開催地区	活動団体名 （活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
西山	南部なかよし体操くらぶ （ｺﾐｾﾝ）	南部コミュニティｾﾝﾀｰ （西山町北野1314）	毎週火曜日 （10:00～11:00）	南部地域住民	可
	二田コツコツ会 （老人ｸﾗﾌﾞ）	二田ふれあい交流館 （西山町二田607-2）	毎週火曜日 （9:00～10:00）	二田町内会員	否
	伊毛ふれあいサロンの会 （ｻﾛﾝ）	伊毛集会所陽だまり （西山町伊毛1312）	毎月第2、第4日曜日 （9:30～10:30） ※会場等の都合上で中止、変動有	サロンの会会員	可
	大崎コツコツ雪割草 （町内会）	大崎集落ｾﾝﾀｰ （西山町大崎744）	毎週木曜日 （9:30～11:00）	大崎集落老若男女問わず	可
	西山いきいき体操 （ｺﾐｾﾝ）	西山いきいき館 （西山町池浦877）	毎週金曜日 （10:00～11:00）	地域住民	可
	大津コツコツ貯筋体操クラブ （ｻﾛﾝ）	大津集落開発ｾﾝﾀｰ （西山町大津1172）	毎週火曜日 夏期（9:00～10:00） 冬期（9:30～10:30）	集落住民	可
	上山田コツコツ貯筋体操会 （町内会）	上山田ふれあいｾﾝﾀｰ （西山町上山田553-3）	毎週火曜日 （9:00～10:00）	上山田集落	
	田沢いきいきサロン （町内会）	田沢集会所 （西山町田沢3102）	毎週木曜日 （9:00～10:00）	地域住民	可
	新保コツコツ貯筋体操クラブ （町内会）	新保集落公会堂 （西山町新保384-1）	毎週月曜日 （9:00～10:00）	新保町内会住民	可
	礼拝コツコツクラブ （老人ｸﾗﾌﾞ・町内会）	礼拝公会堂 （西山町礼拝370-4）	毎週月曜日 （9:00～10:00）	老人会、町内会員	否
	妙法寺 （町内会）	妙法寺ふれあいｾﾝﾀｰ （西山町妙法寺1487）	毎週水曜日 （9:00～10:00）	妙法寺住民	可
	長嶺ふれあいサロン会 （町内会）	長嶺集落ｾﾝﾀｰ (西山町長嶺773)	毎週水曜日 （13:30～14:30）	長嶺町内住民	可
	コツコツ貯筋体操後谷町内サークル （町内会）	別山後谷集会場 （西山町別山6505-2）	毎週火曜日 （9:30～10:50）	後谷町内住民	否
	元気西山コツコツクラブ （町内会）	西山公会堂 （西山町西山438-2）	毎週火曜日 （9:30～10:30）	町内会住民	可
	北野おりづるの会（サロン） （町内会）	北野集落センター （西山町北野910）	毎月第1金曜日 （13:30～16:00）	北野集落 地域住民	可
	鬼王・黒部コツコツ貯筋体操の会 （町内会）	二田ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ （西山町坂田5155）	毎週水曜日 （9:30～11:00頃まで）	町内会	可
	五日市町内会 （町内会）	五日市ふれあいｾﾝﾀｰ （西山町五日市978）	毎週木曜日 （9:00～10:00）	町内会	可
	大坪コツコツ体操 （町内会）	大坪集落ｾﾝﾀｰ （西山町大坪223）	第2.4木曜日 （9:30～10:30）	町内会	否
	後谷元気クラブ （町内会）	後谷公会堂 （西山町後谷231-1）	毎週金曜日 （9:00～10:00）	町内住民とその知人	否
	池浦新和会 （老人クラブ）	西山町池浦ｾﾝﾀｰ （西山町池浦408-19）	毎週火曜日 （9:00～10:00）	町内会会員	
	下山田老人クラブ （老人クラブ） New	下山田公会堂 （西山町下山田353-1）	第1、3月曜日 （10:00～11:00）	町内会会員	
高柳	結の里 （高齢者生活支援施設）	結の里 （高柳町岡野町1801）	毎週金曜日 （2階10:00～10:45 3階10:45～11:15）	入居者	否
	門出ゆうあいクラブ （老人ｸﾗﾌﾞ）	門出公民館 （高柳町門出366-1）	毎週火曜日 （9:30～10:30）	老人クラブ会員、他希望者	可
	岡野町教室 （老人ｸﾗﾌﾞ）	岡野町集落ｾﾝﾀｰ（公民館） （高柳町岡野町1743）	毎週月曜日 （9:30～10:30） ※祝日の時は火曜日	岡野町地域住民	可

開催地区	活動団体名 （活動種別）	実施会場	実施曜日（時間）	対象／備考	町内会以外の参加可否
	岡田おひさまの会 （町内会）	岡田集落ｾﾝﾀｰ （高柳町岡田565-4）	毎週水曜日 （13:30～14:30）	岡田地域住民	可
	漆島あゆみの会 （町内会）	漆島集落ｾﾝﾀｰ （高柳町漆島1211）	毎週木曜日 （13:30～14:30）	漆島地域住民	否
	山中みどりの里コツコツクラブ （町内会）	山中集落ｾﾝﾀｰ （高柳町山中2989-1）	毎週水曜日 （14:00～15:00）	山中区民	否
	高柳　和 （くらしのサポートセンター）	①結の里交流室 （高柳町岡野町1801番地） ②荻ノ島集落ｾﾝﾀｰ （高柳町荻ノ島1053番地1） ③石黒活動拠点施設 （高柳町石黒1685番地） ④門出集落ｾﾝﾀｰ （高柳町門出336番地1）、 ⑤田代集落ｾﾝﾀｰ （高柳町田代720） ⑥高尾集落ｾﾝﾀｰ （高柳町高尾674-2） ⑦塩沢集落ｾﾝﾀｰ （高柳町塩沢3639-1） ⑧山中集落ｾﾝﾀｰ （高柳町山中2990-1） ⑨岡田集落ｾﾝﾀｰ （高柳町岡田565番地4）	①毎週月、木曜日、 第2金曜日 （10:30～11:00） ②毎週火曜日 （10:30～11:00） ③毎週水曜日 （10:30～11:00） ④第１金曜日 （13:30～14:00） ⑤第２金曜日 （13:30～14:00） ⑥第３金曜日 （10:30～11:00） ⑦第３金曜日 （13:30～14:00） ⑧第４金曜日 （10:30～11:00） ⑨第４金曜日 （13:30～14:00）	くらサポ利用者 ※くらサポ利用者以外の参加否	
事業所	小規模多機能ホームももの木かしわざき	ももの木かしわざき （元城町1-46）	毎週水曜日 （14:00～15:00）	小規模多機能利用者	否
	㈱スワロー デイサービスセンターつばめ （通所介護施設）	デイサービスセンターつばめ （元城町1-48）	毎週月～土曜日 （14:00～14:20）	デイサービス利用者	否
	小規模多機能ホームやまゆり	小規模多機能ホームやまゆり （三和町7-37）	毎週月～金曜日 （14:00～14:30）	施設利用者	否
	デイサービスセンター駅前桜寿	デイサービスセンター駅前桜寿 （日石町1-12）	毎週水曜日 （14:30～16:00）	サービス利用者	否
	㈱セガリオン　笑いの花	㈱セガリオン　笑いの花 （田中8-6）	毎週月～土曜日 （不定期）	デイサービス利用者	否
	社会福祉法人ロングラン	社会福祉法人ロングラン （錦町5-20）	毎週月～金 （9:00～16:00）	施設利用者	否