

令和6年度 地域に根ざした介護予防教室 一覧表

No.	自治区	教室名	会場	開催日	開催時間
1	上南敷田	上・南健康予防教室	南敷田公民館	第2,4木曜日	9:00~10:30
2	森	森健康チューブ体操	森集会所	毎週金曜日	13:30~14:30
3	下山	下山集会所全体学級	下山集会所	第1,3金曜日	13:30~15:30
4	下庄	下庄ポピークラブ	下庄集会所	第2,4水曜日	10:00~11:00
5	下敷田	下敷田体操クラブ	下敷田公民館	毎月5・25日	10:00~11:00
6	中時枝	中時枝老人会	中時枝公民館	第2・4水曜日	10:00~11:00
7	富山	富山健康会	富山公民館	第3,4土曜日	10:00~11:30
8	布津原	布津原キントレ会	布津原老人憩いの家	月2回 木曜日	13:30~15:00
9	布津部	双葉の里健康体操教室	布津部公民館 双葉の里	第1木曜日	9:00~10:30
10	新貝	新貝介護予防教室	新貝公民館	第4金曜日	10:00~12:00
11	猿渡	さるわたり筋トレクラブ	猿渡公民館	第2火曜日	13:30~15:00
12	西原	西原すこやかクラブ	西原公民館	第1,3火曜日	9:00~10:00
13	駅西	善光寺駅前体操教室	善光寺駅前 公民館	第3月曜日	14:00~16:00
14	今宮	今宮クラブ体操教室	今宮公民館	第1,2,4金曜日	13:30~14:30
15	中庄	すこやか伊呂波会	中庄集落センター	毎週水曜日	10:00~11:00
16	東宮	東宮健康教室	東宮公民館	第2木曜日	13:30~15:30
17	上敷田	ニコ2体操教室	上敷田公民館	第3水曜日	10:00~11:00
18	宮熊	宮熊コスモス会	宮熊公民館	第1,3木曜日	10:00~11:00
19	原	北宇佐第2体操教室	北宇佐第2公民館	第1・3金曜日	9:30~10:30
20	南宇佐	玄々堂南宇佐体操教室	宇佐公民館	第1, 3木曜日	19:30~20:30
21	和気	和気イキイキ体操	和気公民館	第3木曜日	13:30~15:00
22	岩崎	おげんき倶楽部 「いわさき」健康体操教室	岩崎公民館	第4火曜日	9:30~11:00

23	御幡	御幡体操クラブ	御幡公民館	第2・4月曜日	14:00~15:00
24	日足	日足健康体操クラブ	日足公民館	第2木曜日	9:30~10:30
25	橋津	お元気クラブ	橋津 コミュニティセンター	第4水曜日	13:30~15:00
26	武領	武領2区介護予防教室	神社・お寺 個人宅	第2・4土曜日	9:00~10:00
27	立石	立石健康体操クラブ	立石公民館	第1・3月曜日	10:00~11:30
28	金丸	金丸わかば会	金丸公民館	第2・4月曜日	13:30~15:30
29	青森	青森健康推進クラブ	青森公民館	毎週月曜日	8:30~10:30
30	高森	高森ヘルス会	高森公民館	第2木曜日	9:30~11:30
31	出光	出光健康体操教室	出光防災コミュニティセンター	第2木曜日	13:30~15:00
32	西木	西木健康クラブ	西木集落センター	第2・4金曜日	13:30~14:30
33	伏田	伏田健康クラブ	伏田集会所	第1火曜日	10:00~11:00
34	中間	中間健康クラブ	中間公民館	第3金曜日	14:00~15:30
35	大佛	大佛体操サロン会	大佛公民館	第4土曜日	9:30~(4~9月) 10:00~(10~3月)
36	寒水	寒水健康体操教室	寒水公民館	毎月21日	9:00~10:30
37	広谷口の坪	広谷・口の坪ふれあい健康教室	口の坪公民館	第2・4火曜日	13:00~15:00
38	折敷田	折敷田シニアフレンド	折敷田公民館	第3火曜日	10:00~12:30
39	深見	中央いきいき会	深見中央生活 改善センター	第2・4水曜日	13:00~15:00
40	矢津	矢津体操教室	河野 渡宅	第2・4火曜日	10:00~12:00
41	鷹声	鷹声健康クラブ	鷹声公民館	毎月20日頃	13:30~15:30
42	大門	大門竹の子会絆		不定期	10:00~11:00
43	上城井	上城井いきいき体操	上城井集会所	第1・3月曜日	14:00~16:00
44	上町	ひびきクラブ	上町老人憩いの家	第4水曜日	14:00~16:00
45	山下	山下なでしこ会	山下公民館	第2・4月曜日	13:30~15:00
46	常徳	常徳いきいき体操教室	常徳公民館	第2・4日曜日	9:30~11:00

47	新吉松	新吉松介護予防教室	新吉松老人憩いの家	第1・3月曜日	13:30~14:30
48	木内	木内万年青会	木内公民館	第4日曜日	9:30~11:30
49	末	末ひまわり	末公民館	第1火曜日 第3木曜日	10:00~11:30
50	赤尾	中・北赤尾健康会	中・北赤尾公民館	第3木曜日	10:00~11:00
51	下佐野	下佐野健康クラブ	下佐野公民館	第1日曜日	9:00~10:00
52	東山下	老寿	東山下集会所	第1・3水曜日	13:30~15:00
53	下町	下町グループ	下町区民館	第2・4月曜日	13:00~15:00
54	中の西	粟島ふれあい介護予防教室	中の西 コミュニティセンター	第1月曜日	13:30~14:30
55	岩保	岩保いきいきストレッチ	岩保公民館	毎週月曜日 第4月曜はお休み	13:30~15:00
56	坂の上	坂の上介護予防教室	坂の上集会所	第1月曜日	10:00~11:00
57	柳1区	1区介護予防教室	江島公民館	第2・4土曜日	13:30~14:30
58	柳5区	柳ヶ浦5区老人クラブ	広末老人憩いの家	第2・4土曜日	10:00~11:30
59	住江	住江老人健康クラブ	住江公民館	第2・4日曜日	10:00~11:00
60	佐々礼	佐々礼体力作り教室	佐々礼改善センター	毎週月曜日	9:30~11:00
61	東の東	東の東チューブ体操教室	東の東老人憩いの家	第2水曜日	13:30~15:00
62	柳2区	ひまわり会健康教室	柳ヶ浦2区公民館	毎週月曜日	10:00~11:00
63	柳3区	もくれん	柳ヶ浦3区公民館	第週火・木曜日	10:00~11:00
64	柳3区	柳ヶ浦3区自治区子安会	柳ヶ浦3区公民館	毎週月曜日	10:00~11:00
65	柳3区	柳ヶ浦婦人筋カトレニング教室	柳ヶ浦3区公民館	第2・4金曜日	10:00~11:00
66	神子山新田	神子山川添クラブ	神子山集会所	第2木曜日	10:00~11:30
67	金屋	金屋介護予防教室	金屋集会所	第3,4土曜日	8:00~12:00
68	中の東	睦会	中の東コミュニティセンター	第2,4水曜日	13:30~14:30
69	金屋	すみれ会	金屋集会所	毎週火曜日	13:00~15:00
70	高並	高並介護予防教室	宇高並公民館	第1,3水曜日	10:00~11:30

71	下船木	下船木健康体操	下船木公民館	第2・4木曜日	9:00~10:00
72	副	副健康クラブ会	副公民館	第2・4木曜日	13:30~15:30
73	大重見	大重見元気かえ会	大重見公民館	毎週木曜日	9:00~10:30
74	御沓	御沓体操クラブ	御沓公民館	第1月曜日	10:00~11:30
75	日岳	日岳いきいき体操教室	日岳公民館	第2火曜日	10:00~11:30
76	東院内	東院内婦人会体操クラブ	東院内地区コミュニティセンター	第4土曜日	10:00~11:30
77	櫛野	櫛野いきいきグループ	櫛野公民館	第2,4月曜日	9:30~11:30
78	香下	香下体操教室	香下公民館	第2火曜日	10:00~12:00
79	上船木	上船木体操教室	上船木公民館	第1, 3金曜日	13:30~14:30
80	温見	元気体操クラブ	南院内コミュニティセンター	第4木曜日	10:00~12:00
81	五名	チーム五名	五名自治公民館	不定期	
82	中原	中原健康体操クラブ	中原公民館	1~4木曜日	14:00~15:30
83	大塚	大塚体操クラブ	大塚公民館	第2・4火曜日	10:00~11:00
84	川部	川部介護予防体操	川部公民館	第1水曜日	10:00~12:00
85	東上田	東上田介護予防教室	東上田公民館	第1水曜日	9:00~10:30
86	上田	介護予防教室上田クラブ	上田公民館	第1・3火曜日	10:00~11:00
87	上矢部	いこいの広場	上矢部公民館	第2水曜日	10:00~12:00
88	下矢部	下矢部げんきクラブ	下矢部公民館 高森グラウンド	第3水曜第4月曜	8:30~(第3水) 9:00~(第4月)
89	別府	別府介護予防教室	別府公民館	第3月曜日	10:00~12:00
90	法鏡寺	法鏡寺老人クラブ体操教室	法鏡寺公民館	第2・4火曜日	10:00~11:00
91	畑田	畑田長寿会体操クラブ	畑田公民館	第2・4火曜日	13:00~15:00
92	閻	閻よろうち体操教室	閻公民館	第4木曜日以外	10:00~11:00
93	上拝田	上拝田体操教室	上拝田公民館	第2火曜日	13:30~14:30
94	下拝田	下拝田体操教室	下拝田公民館	第3木曜日	10:00~11:00