令和５年度　地域に根ざした介護予防教室

No.	教室名	開催場所	開催日	開催時間
1	上・南健康予防教室	2:南敷田公民館 4:上敷田公民館	第２・４木曜日	9:00～10:30
2	森健康チューブ体操	森集会所	毎週金曜日	13:30～14:30
3	下山集会所全体学級	下山集会所	第１・３金曜日	13:00～15:00
4	下庄ポピークラブ	下庄集会所	第２・４水曜日	10:00～11:00
5	下敷田体操クラブ	下敷田公民館	毎月5・25日	10:00～11:30
6	下森山介護予防教室	下森山公民館	毎週金曜日	13:30～14:30
7	中時枝老人会	中時枝公民館	第２・4水曜日	10:00～12:00
8	富山健康会	富山公民館	第３・４土曜日	10:00～11:30
9	布津原キントレ会	布津原老人憩いの家	第３木曜日	13:30～15:00
10	双葉の里健康体操教室	布津部公民館 双葉の里	第２・４木曜日	9:30～10:30
11	新貝介護予防教室	新貝公民館	第４金曜日	10:00～12:00
12	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
13	西原すこやかクラブ	西原公民館	第１・３火曜日	9:00～10:00
14	西高家体操教室	西高家老人憩いの家	第２・４金曜日	10:00～11:00
15	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
16	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
17	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
18	東宮健康教室	東宮公民館	第2木曜日	13：30～15：30
19	ニコ2体操教室	上敷田公民館	第３水曜日	10:00～11:00
20	宮熊コスモス会	宮熊公民館	第1・3木曜日	10：00～11：00

21	北宇佐第２体操教室	北宇佐第２公民館	第1・3金曜日	13:30～14:30
22	玄々堂南宇佐体操教室	宇佐公民館	第３木曜日	19:30～20:30
23	和気イキイキ体操	和気公民館	第３木曜日	13:30～15:00
24	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
25	御幡体操クラブ	御幡公民館	第２・４月曜日	14:00～15:00
26	日足健康体操クラブ	日足公民館	第２木曜日	9:30～10:30
27	お元気クラブ	橋津 ｺﾐｭﾆﾃｨｰｾﾝﾀｰ	第４水曜日	13:30～15:00
28	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
29	立石健康体操クラブ	立石公民館	第１・３月曜日	10:00～11:30
30	金丸わかば会	金丸公民館	第２・４月曜日	13:30～15:30
31	青森健康推進クラブ	青森公民館	毎週月曜日	8:30～10:30
32	高森ヘルス会	高森公民館	第２木曜日	9:30～11:30
33	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
34	伏田健康クラブ	伏田集会所	第１火曜日	10:00～11:00
35	中原健康体操クラブ	中原公民館	1～4木曜日	14:00～15:30
36	大塚体操クラブ	大塚公民館	第２・４火曜日	10:00～11:00
37	川部介護予防体操	川部公民館	第１水曜日	10:00～12:00
38	東上田介護予防教室	東上田公民館	第１水曜日	9:00～10:30
39	介護予防教室上田クラブ	上田公民館	第１・２火曜日	10:00～11:30
40	いこいの広場	上矢部公民館	第２水曜日	10:00～12:00
41	下矢部げんきクラブ	下矢部公民館 高森グランド	毎月15日 第４月曜	毎月15日 8:00～ 第４月曜 9:00～
42	別府介護予防教室	別府公民館	第3月曜日	10：00～12：00

43	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
44	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
45	上拝田体操教室	上拝田公民館	奇数月 （5.7.9.11.3） 第2火曜日	13：30～14：30
46	下拝田体操教室	下拝田公民館	奇数月 （5.7.9.11.1.3） 第3木曜日	10:00～11:00
47	閤よろうち体操教室	閤公民館	毎週木曜日	10：00～11：00
48	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
49	ひびきクラブ	上町老人憩いの家	第４水曜日	14:00～16:00
50	小菊健康クラブ	ケアハウス光	毎週火曜日	10:00～11:00
51	山下なでしこ会	山下公民館	第２・４月曜日	13:30～15:00
52	常徳いきいき体操教室	常徳公民館	第２・４日曜日	9:10～10:20 10:30～11:40
53	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
54	木内万年青会	木内公民館	第4日曜日	9：30～11：30
55	木部体操教室	木部公民館	第４水曜日	10:00～11:00
56	末ひまわり	末公民館	第1水曜日 第3木曜日	10:00～11:00
57	ひまわり会	西町 老人憩いの家	第２・４金曜日	13:00～15:30
58	中・北赤尾健康会	中・北赤尾公民館	第３木曜日	10:00～11:00
59	下佐野健康クラブ	下佐野公民館	第１日曜日	9:00～10:00
60	老寿	東山下集会所	第１・３水曜日	13:30～15:00
61	下町グループ	下町区民館	第２・４月曜日	13:30～14:30
62	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
63	岩保いきいきストレッチ	岩保公民館	毎週月曜日 ※最終月曜は除く	13:15～15:00
64	坂の上介護予防教室	坂の上集会所	第１月曜日	10:00～11:00

65	１区介護予防教室	江島公民館	第２・４土曜日	13:30～14:30
66	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
67	住江老人健康クラブ	住江公民館	第２・４日曜日	10：00～11：00
68	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
69	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
70	ひまわり会健康教室	２区公民館	毎週月曜日	10:00～11:00
71	もくれん	３区公民館	毎週火・木曜日	10:00～11:00
72	柳ヶ浦３区自治区子安会	３区公民館	毎週月曜日	10:00～11:00
73	柳ヶ浦婦人筋力トレーニング教室	３区公民館	第２・４金曜日	10:00～11:00
74	神子山川添クラブ	神子山集会所	第２木曜日	10:00～11:30
75	金屋介護予防教室	金屋集会所	第２・3土曜日	9:00～12:00
76	睦会	中の東 コミュニティーセンター	第２・4水曜日	13：30～14：30
77	大門竹の子会絆	大門公民館	第3木曜日	10:00～12:00
78	高並介護予防教室	字高並公民館	第１・３水曜日	10:00～12:00
79	下船木健康体操	下船木公民館	第２・４木曜日	9:00～10:00
80	副健康クラブ会	副公民館	第2・4木曜日	13:30～15:30
81	大重見元気かえ会	大重見公民館	毎週木曜日	9:00～10:30
82	御沓体操クラブ	御沓公民館	第１月曜日	10:00～11:30
83	日岳いきいき体操	日岳公民館	第２火曜日	10:00～11:00
84	東院内婦人会体操クラブ	東院内地区ｺﾐｭﾆﾃｨｰｾﾝﾀｰ	第４土曜日	10:00～11:30
85	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
86	香下体操教室	香下公民館	第２水曜日	10:00～12:00

87	野尻集落介護予防教室	野尻地区活性化施設	第1,2,3水曜日	13:30～15:30
88	上船木体操教室	上船木公民館	第3金曜日	13：30～14：30
89	小坂スマイルクラブ	小坂公民館	第1土曜日	13：30～14：30
90	大副せせらぎ会	大副公民館せせらぎ	第２水曜日	10:00～12:00
91	小稲ん体操教室	小稲自治公民館	第２・４水曜日	10:00～11:00
92	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
93	広瀬さわやか会	広瀬公民館	第2金曜日	10：00～12：00
94	東院内ふれあい体操	東院内公民館	1～3土曜日	9:00～11:00
95	チーム五名	五名自治公民館	不定期開催 第4火曜日	13：30～15：00
96	上の原あじさいの会	上の原公民館	第１金曜日	10:00～11:30
97	中間健康クラブ	中間公民館	第３金曜日	14:00～15:30
98	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)
99	寒水健康体操教室	寒水公民館	毎月２１日	9:00～10:30
100	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
101	折敷田シニアフレンド	折敷田公民館	第３月曜日	10:00～12:30
102	新原健康クラブ	新原公民館	毎月２７日	10:00～11:30
103	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	9:30～10:30
104	矢津体操教室	河野　渡宅	第２・４火曜日	10:00～12:00
105	鷹声健康クラブ	鷹声公民館　及び周辺	毎月１回	10:00～12:00
106	安心院町津房六郎丸体操教室	津房公民館	第1金曜日以外	13：00～14：00