

## 令和3年度 宇佐市介護予防教室 一覧

No.	教室名	開催会場	開催日	開催時間
1	上・南健康予防教室	第1南公民館 第4上敷田公民館	第2,4・木	9:00~10:30
2	森健康チューブ体操	森集会所	毎週金	13:30~14:30
3	上森山体操教室	上森山公民館	第1,3・木	13:00~15:30
4	下山集会所全体学級	下山集会所	第1,3・金	13:30~15:00
5	下庄ポピークラブ	下庄のお宮	第2,4・水	10:00~12:00
6	下敷田体操クラブ	下敷田公民館	毎月5,25	10:00~11:30
7	下森山介護予防教室	下森山公民館	毎週・金	13:30~14:30
8	中時枝いきいき体操教室	中時枝公民館	第2,4・水	10:30~11:30
9	宮熊老人体操	宮熊公民館	第4・木	10:00~11:00
10	富山健康会	富山公民館	第3,4・土	10:00~11:30
11	布津原キントレ会	布津原老人憩いの家	毎週・木	13:30~15:00
12	双葉の里健康体操教室	布津部公民館	第1,3・木	9:30~10:30
13	天津第一高砂会 介護予防教室	新貝公民館	第4・金	10:00~12:00
14	東宮健康教室	東宮公民館	第1・木	13:30~15:30
15	さるわたり筋トレクラブ	猿渡公民館	第2・火	13:30~15:00
16	西原すこやかクラブ	西原公民館	第1,3・火	9:00~10:00
17	西高家体操教室	西高家老人憩いの場	第2,4・金	10:00~11:00
18	善光寺駅前体操クラブ	駅前公民館	第2・月	14:00~16:00
19	今宮クラブ体操教室	今宮公民館	第1,2,4・金	13:30~15:00
20	中庄すこやか伊呂波会	中庄集落センター	毎週 水	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	13:30~14:30
22	玄々堂南宇佐体操教室	宇佐公民館	第3・木	19:30~20:30
23	和気イキイキ体操	和気公民館	毎月15	午前
			第3・木	13:30~14:30
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・木	9:30~11:00
25	御幡チューブ体操クラブ	御幡公民館	第2,4・月	14:00~15:00
26	日足健康体操クラブ	日足公民館	第2・木	9:30~10:30
27	お元気クラブ	橋津公民館	第4・水	13:30~15:00
28	武領2区介護体操	神社・お寺・個人宅	第1,3・土	9:00~10:00
29	立石健康体操クラブ	立石公民館	第1,3・月	10:00~11:30
30	西木健康クラブ	西木集落センター	第2,4・金	13:30~14:30
31	金丸わかば会	金丸公民館	第2,4・月	13:30~15:30
32	青森健康推進クラブ	青森公民館	毎週・月	8:30~10:30
33	高森ヘルス会	高森公民館	第2・木	9:30~11:30
34	健康体操教室	出水防災コミュニティセンター	第2・木	13:30~15:00
35	上の原あじさいの会	上の原公民館	第1・金	10:00~11:30
36	中間健康クラブ	中間公民館	第3・金	14:00~15:30
37	大佛体操サロン会	大佛公民館	第4・土	9:30~(4~9月) 10:00~(10~3月)
38	寒水集落健康教室	寒水公民館	毎月21	9:00~10:00
39	広谷・口の坪ふれあい健康教室	口の坪公民館	第1,3・火	13:00~15:00
40	折敷田シニアフレンド	折敷田公民館	第3・月	10:00~12:30
41	新原健康クラブ	新原公民館	毎月27	10:00~11:00
42	中央いきいき会	深見中央生活改善センター	第2,4・水	13:00~14:00

43	矢津体操教室	河野 渡宅	第2,4・火	10:00~12:00
44	鷹声老人健康クラブ	鷹声公民館 及び周辺	毎月1回	10:00~11:00
45	上城井いきいき体操クラブ	上城井集会所	第1,3・月	14:00~16:00
46	ひびきクラブ	上町老人憩いの家	第4・水	14:00~16:00
47	よろ一会	下城井集会所	第2・月	13:30~15:30
48	小菊健康クラブ	ケアハウス光	毎週・火	10:00~11:30
49	山下なでしこ会	下山公民館	第2,4・月	13:30~14:30
50	常徳いきいき	常徳公民館	第2,4・日	9:30~11:30
51	新吉松体操クラブ	新吉松老人憩いの家	第1,3・月	13:30~14:30
52	木内万年青会	木内公民館	第4・日	9:30~11:30
53	木部体操教室	木部公民館	第4・水	10:00~11:30
54	ひまわり	末公民館	第1,3・水	9:00~10:00
55	清水ニコニコクラブ	清水公民館	第3・月	10:00~11:00
56	ひまわり会	西町憩いの家	第2,4・金	13:00~15:00
57	中・北赤尾健康会	中・北赤尾公民館	第3・木	10:00~11:00
58	石田いきいき健康体操	石田集会所	第1,3・火	10:00~11:00
59	下佐野健康クラブ	下佐野公民館	第1・日	9:00~10:00
60	下町グループ	下町区民館	第2,4・月	13:30~14:30
61	栗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	13:30~14:30
62	岩保いきいきストレッチ	岩保公民館	毎週・月 (第4は除く)	13:15~15:00
63	坂の上介護予防教室	坂の上集会所	第1・土	10:00~11:00
64	1区介護予防教室	江島公民館	第2,4・土	13:30~14:30

65	柳ヶ浦5区老人クラブ	広末老人憩の家	第2,4・土	10:00~11:30
66	中の東ふれあいサロン	中の東コミュニティセンター	第3・火	13:30~15:30
67	住江老人健康クラブ	4区公民館	第2,4・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	9:30~11:00
69	東の東チューブ体操	東の東老人憩いの家	第2,4・水	13:30~15:00
70	ひまわり会健康教室	2区公民館	毎週・月	10:00~11:00
71	もくれん	3区公民館	毎週 火・木	10:00~11:30
72	柳ヶ浦3区自治区子安会	3区公民館	毎週・月	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	10:00~11:00
74	神子山川添クラブ	神子山集会所	第2・木	10:00~12:00
75	西大堀体操教室	西大堀公民館	第2・水	9:00~11:00
76	金屋介護予防教室	金屋集会所	第2,4,5・土	8:00~12:00
77	チーム五名	五名公民館	第4・火	13:30~15:00
78	大門竹の子会絆	大門公民館	第4・木	10:00~12:00
79	新洞にこにこ健康教室	新洞公民館	毎週・木	10:00~11:00
80	高並介護予防教室	高並公民館	第1,3,4・金	10:00~11:00
81	下船木健康体操	下船木公民館	第2,4・木	9:00~10:00
82	副健康クラブ会	副公民館	各週・木	13:30~15:30
83	大重見元気かえ会	大重見公民館	毎週・木	9:00~11:00
84	小坂スマイルクラブ	小坂公民館	第1・土	13:30~14:00
85	広瀬さわやか会	広瀬公民館	第2・金	10:00~12:00
86	御沓体操クラブ	御沓公民館	第1・月	10:00~11:30

87	日岳いきいき体操	日岳公民館	第2・火	10:00~11:30
88	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	13:30~14:30
89	櫛野いきいきクラブ	櫛野公民館	第2,4・月	9:30~11:00
90	元気体操クラブ	南院内公民館 温見分館	第4・木	9:30~11:30
91	香下体操教室	香下公民館	第2,4・火	10:00~12:00
92	野尻集落介護予防教室	野尻地区活性化施設	第1,2,3・水	13:30~16:30
93	上船木体操教室	上船木公民館	第2・金	13:30~14:30
94	中原健康体操クラブ	中原公民館	毎週・木	14:00~15:00
95	大塚体操クラブ	大塚公民館	第2,4・火	10:00~11:00
96	川部介護予防体操	川部公民館	第1・水	10:00~12:00
97	介護予防教室	東上田公民館	第1・月	9:00~10:00
98	介護予防教室上田クラブ	上田公民館	第2,3・火	10:00~11:30
99	いこいの広場	上矢部公民館	第2,3・水	10:00~12:00
100	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	8:00~10:00
			第4・月	13:00~15:00
101	別府介護予防教室	別府公民館	第3・月	10:00~12:00
102	法鏡寺老人クラブ	法鏡寺公民館	第2,4・火	10:00~11:00
103	畑田長寿会体操クラブ	畑田公民館	第2,4・火	13:00~15:00
104	よろうち体操閣教室	閣公民館	月3~4回・木	10:00~11:00
105	東山下筋トレ会	東山下公民館	第1,3・水	13:30~15:00
106	樋田体操クラブ	樋田公民館	第1,3・火	10:00~11:30
107	東院内ふれあい体操	東院内地区 コミュニティセンター	第4・土	9:30~
108	大副せせらぎ	大副公民館せせらぎ	第2・水	10:00~12:00

109	小稲ん体操教室	小稲公民館	第2,4・水	9:30~10:30
110	ニコニコ体操教室	上敷田公民館	第3・水	10:00~11:00
111	伏田健康クラブ	伏田公民館	第1・火	10:00~11:00
112	安心院町津房六郎丸	津房公民館	第2,3,4,5・金	13:15~14:15
113	和田体操教室	和田集会所	第2・火	13:30~14:30
114	上拝田ストレッチ教室	上拝田公民館	奇数月 第2・火	13:30~14:30
115	下拝田ストレッチ教室	下拝田公民館	偶数月 第3・木	10:30~11:30