

高齢者が気軽に通える身近な場所で、様々な介護予防に取り組む通いの場です。筋力向上の効果が期待できる「いきいき百歳体操」や栄養・口腔・認知機能などの介護予防教室も行っています。

## 高齢者の通いの場（いきいき百歳体操等地域介護予防拠点）（戸坂圏域）

	名称	所在地・場所	活動日時	料金	運営団体	連絡先	連絡先(TEL)
1	<a href="#">いきいき百歳体操「峠の茶屋」</a>	広島市東区 戸坂南2丁目8-13 山陽堂薬局茶臼城山店2階	毎週月曜日 10時～11時	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
2	<a href="#">出江2丁目町内会いきいき体操</a>	広島市東区 戸坂桜東1-2 戸坂集会所	毎週水曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	出江2丁目町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
3	<a href="#">山田さんちの百歳体操</a>	広島市東区 中山新町1丁目4-53 元山田居宅事業所	第1・3火曜日 9:30～10:00 第2・4・5火曜日 9:30～10:30	地域包括支援センターへお問合せください。	個人	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
4	<a href="#">桜上町ポイント広場</a>	広島市東区 戸坂桜上町3-2 桜が丘2号館集会所	毎週金曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	桜上町地域住民	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
5	<a href="#">戸坂新町いきいき体操サロン</a>	広島市東区 戸坂新町2丁目37-5 東浄集会所	毎週水・木曜日 (2G分)10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	戸坂新町2丁目町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
6	<a href="#">戸坂新町元気じゃけん!!体操</a>	広島市東区 戸坂新町1丁目45-11 東浄市営5号館集会所	毎週月・木曜日 9:30～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	個人	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
7	<a href="#">元気で来んさい会 数甲</a>	広島市東区 戸坂数甲2丁目8-28 戸坂城山集会所	毎週金曜日 13:30～14:30	地域包括支援センターへお問合せください。	数甲長寿会・町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051

※ 名称部分をクリックすると「ひろしまcocoサーチ～ひろしま地域社会資源検索サイト～」(外部リンク)に遷移し、マップをご覧いただけます。

## 高齢者の通いの場（いきいき百歳体操等地域介護予防拠点）（戸坂圏域）

	名称	所在地・場所	活動日時	料金	運営団体	連絡先	連絡先(TEL)
8	<a href="#">元気スマイルクラブ</a>	広島市東区 戸坂大上3丁目1-4 大上会館	毎週金曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
9	<a href="#">みんなで長生き百歳体操in南山</a>	広島市東区 中山新町2丁目1-4 南山集会所	毎週月・金曜日 13:00～14:00	地域包括支援センターへお問合せください。	南山自治会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
10	<a href="#">フレッシュ女性会</a>	広島市東区 戸坂出江1丁目11-9 出江集会所	毎週土曜日 10:30～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	出江女性会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
11	<a href="#">にこにこ百歳体操in戸坂南2丁目</a>	広島市東区 戸坂南2-9-15 広島第一病院地域交流スペース	毎週木曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	南2丁目町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
12	<a href="#">ダイア会</a>	広島市東区 牛田新町4丁目12-16 ダイア集会所	毎週土曜日 11:00～12:00	地域包括支援センターへお問合せください。	ダイアパレスマンション住人	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
13	<a href="#">それいけ！いきいき百歳体操会</a>	広島市東区 戸坂大上1丁目4-22 戸坂福祉センター	毎週水曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
14	<a href="#">スマイルクラブ</a>	広島市東区 戸坂出江2丁目10-26 戸坂公民館	毎週金曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051

※ 名称部分をクリックすると「ひろしまcocoサーチ～ひろしま地域社会資源検索サイト～」（外部リンク）に遷移し、マップをご覧いただけます。

## 高齢者の通いの場（いきいき百歳体操等地域介護予防拠点）（戸坂圏域）

	名称	所在地・場所	活動日時	料金	運営団体	連絡先	連絡先(TEL)
15	<a href="#">かわねいきいき体操</a>	広島市東区 戸坂山根1丁目3番 川根集会所	毎週火曜日 10:00～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	川根町内会 むつみ会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
16	<a href="#">えがおのいきいき体操in公衛協</a>	広島市東区 戸坂出江2丁目10-26 戸坂公民館	毎週水曜日 A)10:00～11:00 B)11:00～12:00	地域包括支援センターへお問合せください。	戸坂学区公衆衛生協議会・戸坂公民館	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
17	<a href="#">いきいき百歳体操くるめ木</a>	広島市東区 戸坂くるめ木一丁目15-1 くるめ木集会所	毎週木曜日 9:30～10:00 10:30～11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	くるめ木町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
18	<a href="#">いきいき百歳体操in中山台</a>	広島市東区 中山新町2丁目37番 中山台集会所	毎週月曜日 10:30～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	中山台町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
19	<a href="#">いきいき百歳体操in南わくわくクラブ</a>	広島市東区 戸坂南1丁目13-21 戸坂南会館	毎週金曜日2部制 (1G:10:00～10:45 2G:10:45～11:40)	地域包括支援センターへお問合せください。	戸坂南町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
20	<a href="#">いきいき百歳体操in悠友会</a>	広島市東区 戸坂出江1丁目11-9 出江集会所	毎週水曜日 9:45～10:45	地域包括支援センターへお問合せください。	出江町内会悠友会（老人会）	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
21	<a href="#">いきいき百歳体操in山根町町内会</a>	広島市東区 戸坂山根3丁目18-3 社会福祉法人交響戸坂山根ホーム	毎週木曜日(第2・4週は要相談)10:30～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	山根町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
22	<a href="#">いきいき百歳体操in清風台</a>	広島市東区 中山新町3丁目12-6 社会福祉法人交響 清風台ホーム	毎週火曜日 13:30～14:30	地域包括支援センターへお問合せください。	清風台町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051

※ 名称部分をクリックすると「ひろしまcocoサーチ～ひろしま地域社会資源検索サイト～」(外部リンク)に遷移し、マップをご覧いただけます。

## 高齢者の通いの場（いきいき百歳体操等地域介護予防拠点）（戸坂圏域）

	名称	所在地・場所	活動日時	料金	運営団体	連絡先	連絡先(TEL)
23	<a href="#">いきいき百歳体操inやまびこ会</a>	広島市東区 戸坂新町2丁目24-14 東浄市営住宅やまびこ会集会所	毎週土曜日 13:30~14:30	地域包括支援センターへお問合せください。	やまびこ会（町内会）	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
24	<a href="#">いきいき百歳体操in戸坂第2coopマンション</a>	広島市東区 戸坂山根2丁目2-30 戸坂第2COOPマンション集会室	毎週木曜日 10:30~11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	戸坂第2COOPマンション理事会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
25	<a href="#">いきいき百歳体操inそうだ</a>	広島市東区 戸坂千足2丁目1-6 惣田集会所	毎週月曜日 10:00~11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	惣田町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
26	<a href="#">いきいき百歳体操@鈴が丘集会所</a>	広島市東区 中山新町1丁目1-30 鈴が丘集会所	毎週月曜日 10:00~11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	鈴が丘自治会、戸坂新町1丁目町内会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
27	<a href="#">いきいき百歳体操inさくら会</a>	広島市東区 桜東1-2 戸坂集会所	毎週火曜日 13:00~14:00	地域包括支援センターへお問合せください。	桜東老人会 さくら会	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051
28	<a href="#">あけぼのふれあい体操</a>	広島市東区 戸坂新町2-13 あけぼの集会所	毎週水曜日 10:00~11:00	地域包括支援センターへお問合せください。	あけぼの老人部	戸坂地域包括支援センター	082-516-0051

※ 名称部分をクリックすると「ひろしまcocoサーチ~ひろしま地域社会資源検索サイト~」（外部リンク）に遷移し、マップをご覧いただけます。