

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	出江2丁目町内会いきいき体操	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
2	山田さんちの百歳体操	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
3	桜上町ポイント広場	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
4	戸坂新町元気じゃけん!!体操	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
5	戸坂新町いきいき体操サロン	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分け)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	元気で来んさい会 数甲	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
7	元気スマイルクラブ	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

※ 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	みんなで長生き百歳体操 in南山	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
9	フレッシュ女性会	広島市東区 戸坂出江1丁目11-9 出江集会所	毎週土曜日 9:45～10:45	地域包括支援セ ンターへお問合 せください。	出江女性会	戸坂地域包括支 援センター	082-516-0051
10	にこにこ百歳体操 in戸坂 南2丁目	広島市東区 戸坂南2-9-15 広島第一病院地域交流バース	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
11	ダイア会	広島市東区 牛田新町4丁目12-16 ダイアパレス集会所	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
12	それいけ！いきいき百歳 体操会	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
13	スマイルクラブ	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
14	かわねいきいき体操	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

※ 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	えがおのいきいき体操 in 公衛協	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
16	いきいき百歳体操くるめ木	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
17	いきいき百歳体操 in 南わくわくクラブ	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
18	いきいき百歳体操 in 悠友会	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
19	いきいき百歳体操 in 清風台	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
20	いきいき百歳体操 in 中山台	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
21	いきいき百歳体操 in 山根町町内会	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

※ 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)
22	いきいき百歳体操inやまびこ会	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
23	いきいき百歳体操in戸坂第2coopマンション	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
24	いきいき百歳体操inそうだ	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
25	いきいき百歳体操inさくら会	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
26	いきいき百歳体操@鈴が丘集会所	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	あけぼのふれあい体操	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