

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）（牛田・早稲田圏域）

	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="#">ひまわり体操</a>	広島市東区 牛田新町二丁目1 県営高層住宅集会所1階集会所	毎週月曜日 13:00～14:30	地域包括支援センターへお問合せください。	ひまわり体操	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
2	<a href="#">ひだまり</a>	広島市東区 牛田東四丁目4-12 まつかぜ荘	第1・3月曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民（町内会）	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
3	<a href="#">早稲田神社100才体操</a>	広島市東区 牛田早稲田二丁目7 早稲田神社参集殿2階	毎週金曜日 10:30～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
4	<a href="#">早稲田二丁目上100歳体操</a>	広島市東区 牛田早稲田二丁目2-5 早稲田二丁目上集会所	毎週木曜日 13:30～15:00	地域包括支援センターへお問合せください。	町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
5	<a href="#">早稲田一丁目西いきいき100歳体操</a>	広島市東区 牛田中二丁目3-6 牛田公園内老人集会所	毎週火曜日 10:00～12:00	地域包括支援センターへお問合せください。	早稲田一丁目西町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
6	<a href="#">好友会ヨガ</a>	広島市東区 牛田旭二丁目6-15 牛田集会所2階ホール	毎週金曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民（区社協）	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
7	<a href="#">光明体操</a>	広島市東区 牛田本町5丁目2-1 8階 広島光明学園8階	毎週水曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033

※ 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）（牛田・早稲田圏域）

	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="#">牛田本町三丁目いきいき健康サロン</a>	広島市東区 牛田本町一丁目10-40 牛田本町一、二、三丁目集会所	毎週金曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田本町三丁目町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
9	<a href="#">牛田本町二丁目健康クラブ</a>	広島市東区 牛田本町一丁目10-40 牛田本町一、二、三丁目集会所	毎週火曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
10	<a href="#">牛田本町一丁目同好会</a>	広島市東区 牛田本町一丁目10-40 牛田本町一、二、三丁目集会所	毎週水曜日 13:00～14:30	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田本町一丁目町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
11	<a href="#">牛田東一丁目いきいきサロン</a>	広島市東区 牛田東一丁目18-22 牛田東一丁目集会所	毎週火曜日 13:00～15:00	地域包括支援センターへお問合せください。	町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
12	<a href="#">牛田東三丁目老人クラブ 睦会 ゆうゆうサロン</a>	広島市東区 牛田東三丁目9-2 牛田東三丁目集会所	第1・3木曜日 13:30～15:00第 2・4木曜日10:00 ～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田東三丁目老人クラブ睦会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
13	<a href="#">牛田中二丁目いきいきサロン</a>	広島市東区 牛田中二丁目3-6 牛田公園内老人集会所	毎週木曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	睦会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
14	<a href="#">牛田新町二丁目第2町内会若返り会</a>	広島市東区 牛田新町二丁目5-2 牛田新町二丁目県営住宅集会所2階	毎週金曜日 13:30～15:30	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田新町二丁目第2町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
15	<a href="#">牛田新町万年青会</a>	広島市東区 牛田新町三丁目43-1 さつき集会所	毎週火曜日 9:10～10:20、 10:30～11:40	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田新町万年青会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033

※ 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）（牛田・早稲田圏域）

	名称	所在地・場所	活動日時	料金	運営団体	連絡先	連絡先(TEL)
16	<a href="#">旭二丁目いきいきクラブ</a>	広島市東区 牛田旭二丁目6-15 牛田集会所1階中ホール	毎週月曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田旭二丁目南町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
17	<a href="#">よりみち</a>	広島市東区 牛田東二丁目12-23 早稲田集会所	毎週火曜日 10:00～12:00	地域包括支援センターへお問合せください。	早稲田学区社協	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
18	<a href="#">みなみな元気サロン</a>	広島市東区 牛田南二丁目10番地 牛田南二丁目集会所	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。	牛田南二丁目町内会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
19	<a href="#">ぼちぼち</a>	広島市東区 牛田東二丁目12-23 早稲田集会所	第2・4月曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	町内会 老人会	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
20	<a href="#">ぴんぴんコロリ倶楽部</a>	広島市東区 牛田本町五丁目12番地 牛田本町五丁目集会所	毎週金曜日 10:00～五丁目、 11:00～四丁目	地域包括支援センターへお問合せください。	牛田本町四丁目・五丁目 町内会・老人クラブ	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
21	<a href="#">ちゃのみば</a>	広島市東区 牛田早稲田四丁目8-1 市営集会所	毎週水曜日 10:30～12:00 毎 週木曜日 10:30 ～12:00	地域包括支援センターへお問合せください。	社協、町内会、睦会、民生委員、児童委員	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
22	<a href="#">すこやかタイム</a>	広島市東区 牛田東四丁目19-1 早稲田公民館 2階研修室1	毎週水曜日 10:00～11:00、 13:30～14:30	地域包括支援センターへお問合せください。	町内会 すこやかクラブ	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033
23	<a href="#">きらきらクラブ</a>	広島市東区 牛田南一丁目8番地 牛田南一丁目集会所	第2・4木曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	町内会、老人クラブ	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033

※ 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）（牛田・早稲田圏域）

	名称	所在地・場所	活動日時	料金	運営団体	連絡先	連絡先(TEL)
24	<a href="#">かうちゃんクラブ</a>	広島市東区 牛田中二丁目3-6 牛田公園内老人集会所	毎週月曜日 10:00～11:30	地域包括支援センターへお問合せください。	地域住民	牛田・早稲田地域包括支援センター	082-228-2033

※ 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。