

拠点実施曜日・時間

令和7年5月

	月	火	水	木	金	土
午前	ふじのさいさい百歳体操教室 10時～11時 11時～12時 (藤の木) 藤の木公民館	ほほえみハッピー 10時～11時半 (八幡東) グループホームほほえみ広島西	ほつと下城 10時～11時半 (河内) 下城集会所	はつらつ百歳体操 10時～11時半 (藤の木) 藤の木公民館	としまつ百歳サークル 9時半～10時半 10時40分～11時40分 (利松) 利松公民館	平岩体操同行 9時半～11時半 (石内) 平岩集会所
	体操で楽しむ八幡東 9時～10時 10時半～11時半 (八幡東) 八幡東公民館	魚切転倒予防教室 (第2火休) 10時～11時半 (河内) 魚切集会所	絆体操クラブ 10時～11時 (八幡東) 絆集会所			健康教室しだれ会 10時15分～11時半 (石内) 石内北集会所
		笹利貝塚クラブ 10時～11時 (石内) 笹利集会所	花咲連 10時～11時半 (八幡東) 中地集会所			日ノ木百歳体操 10時～11時 (八幡東) 日ノ木集会所
	かい&とっきー (第1・3月のみ開催) 13時半～15時 (河内) あかり園	健康体操 Un (第5火休) 13時半～14時半 (彩が丘) 第1集会所	あんのん体操クラブ 13時半～15時 (利松) 正覚寺		健康体操 Do (第5金休) 13時半～14時半 (彩が丘) 第2集会所	もうちょっとがんばろう会 13時半～15時 (石内) 石内公民館
午後		湯戸さくらクラブ 13時半～14時半 (石内) 湯戸集会所			利松いさいきクラブ 休止中 13時半～14時半 (利松) 利松3丁目宅	日ノ木百歳体操 13時半～14時半 (八幡東) 日ノ木集会所
		半坂まめな会 13時半～14時半 (石内) 半坂集会所				
		寄ってこー家 (第4火のみ開催) 13時半～14時半 (八幡東) コープ五日市北店				



三和体操まっぴ
 広島市三和地域包括支援センター
 お問い合わせ：082-926-0025

令和7年5月

藤の木

ふじのき いきいき
 百歳体操教室
 毎週月曜日
 10時～11時
 11時～12時

魚切転倒予防教室
 火曜日(第2火曜日休)
 10時～11時半

はつらつ百歳体操
 毎週木曜日
 10時～11時半

ほっと下城
 毎週水曜日
 10時～11時半

かい&とっきー
 第1・3月曜日
 13時半～15時

石内北

健康教室しだれ会
 毎週土曜日
 10時15分～11時半

半坂まめな会
 毎週火曜日
 13時半～14時半

平岩体操同行
 毎週土曜日
 9時半～11時半

石内

笹利貝塚クラブ
 毎週火曜日
 10時～11時

もうちょっとがんばろう会
 毎週土曜日
 13時半～15時

湯戸さくらクラブ
 毎週火曜日
 13時半～14時半

河内

白川集会所
 野登呂集会所
 藤の木小学校
 藤の木公民館
 黄内科
 魚切集会所
 窓山荘
 なかごう
 河内公民館
 河内小学校
 下城集会所
 五日市あかり園
 グリーンヒル病院

彩が丘

彩が丘小学校
 第3集会所
 第2集会所
 下河内集会所
 第1集会所

健康体操 Un
 毎週火曜日
 (第5火曜日休)
 13時半～14時半

健康体操 Do
 毎週金曜日
 (第5金曜日休)
 13時半～14時半

利松いきいきクラブ
 毎週金曜日休
 13時半～14時半

利松

あんのん体操クラブ
 毎週水曜日
 13時半～15時

としまつ百楽サークル
 毎週金曜日
 9時半～10時半
 10時40分～11時40分

体操で楽しむ八幡東
 毎週月曜日
 9時～10時
 10時半～11時半

寄ってこ～家
 第4火曜日
 13時半～14時半

ほほえみはッピー
 毎週火曜日
 10時～11時半

八幡東

花咲連
 毎週水曜日
 10時～11時半

日/木百歳体操
 毎週土曜日
 10時～11時
 13時半～14時半

絆体操クラブ
 毎週水曜日
 10時～11時

至五日市

西広島バイパス

至五月丘

免許センター

杜の街

石内ハイパス

東道41五日市高貴線

山陽新幹線

三和地域包括支援センター

山村整形外科

石内慈光園

健康ふらす

GH ぼほえみ広島西

利松公民館

八幡東小学校

八幡東公民館

中地集会所

和光整形外科

クロスロードビル

CCOP

you me

日の木団地

日の木集会所

絆集会所

至五日市

西広島バイパス

湯戸集会所

MaxValu

湯戸さくらクラブ

もうちょっとがんばろう会

石内公民館

石内小学校

石内北集会所

石内北小学校

平岩集会所

半坂集会所

山陽自動車

山陽新幹線

GH 太陽

上西様宅

利松公民館

正覚寺

利松公民館

八幡東小学校

八幡東公民館

中地集会所

和光整形外科

クロスロードビル

CCOP

you me

日の木団地

日の木集会所

絆集会所

至五日市

西広島バイパス