

吉島圏域のいきいき百歳体操

名称	開催場所	時間	料金
<中島地区>			
④いきいきサロン吉島東百歳体操	中島集会所	毎週木曜日 09:00～10:00	100 円/回
⑳みどり会百歳体操	個人住居	毎週火曜日 10:00～11:00	100 円/回
⑥吉島西いきいき百歳体操	吉島稲生神社社務所	毎週月曜日 10:00～11:00	無料
⑦もみじグループ	もみじ作業所ハッピーホーム内地域交流スペース	毎週金曜日 10:00～11:00	無料
<吉島学区>			
⑮元気でいこう会	光南集会所	毎週月曜日 10:00～11:00	無料
⑩光2サロン	吉島集会所	毎週水曜日 13:30～16:00	無料
⑲南朋寿会いきいき百歳体操	南吉島集会所	毎週木曜日 09:30～10:30 10:30～11:30	無料
⑩吉島サロン	吉島集会所	毎週金曜日 14:00～15:00	無料
⑩吉島和楽会いきいき百歳体操サロン	吉島集会所	毎週月曜日 10:00～12:00	無料
<吉島東学区>			
⑯光南45百歳体操	サンキ・ウエルビィ吉島	毎週水曜日 10:00～11:00	無料
㉒新光体操くらぶ	吉島東集会所	毎週金曜日 10:00～11:00	無料
⑧いきいき吉島東体操クラブ	県営吉島東住宅集会所	毎週火曜日 14:00～15:00	100 円/回
⑭水曜くらぶ	閉店した洋服店	毎週水曜日 09:30～10:30 10:30～11:30	100 円/回
⑫東明会いけいけグループ	吉島福祉センター	毎週月曜日 10:00～11:00	無料

吉島圏域の体操教室

名称	開催場所	時間	料金	備考
<中島地区>				
①いきいきサロン☆アステール	アステールプラザ 6階大練習室	毎月第1金曜日 10:00～11:30	500円/回	転倒予防のための運動教室
②いきいき教室住吉	MOA健康スタジオ	毎月第2・4水曜日 10:00～	200円/回	転倒予防体操
③いきいき健康サロン萬象園	パラッショ萬象園 1階集会室	第2木曜日 10:30～11:30	200円/回	主に運動。他にも健康について学んだりします
④のびのび・ぼちぼち・体操教室	中島集会所 2階	第2・4火曜日 10:00～11:00	300円/回	ガンバルーンボールを使った体操
<吉島学区>				
⑨ウォーキンググループ	てんとう虫公園ベンチ集合	毎週木曜日 10:00～11:00	無料	1時間程度歩きます
⑫よしじま体操教室	吉島福祉センター 2階ホール B.C	第1・3木曜日 13:15～14:45	500円/回	転倒予防運動教室
<吉島東学区>				
⑳ガンバルーン体操	サンキ・ウエルビィ吉島 1階 地域交流室	毎週金曜日 14:00～15:00	300円/回	ボールを使った体操
⑰いきいき体操教室☆いこいの家	広島市吉島老人いこいの家	毎月第3金曜日 14:00～15:30	無料	転倒予防のための教室
⑰いこいの家健康体操教室	広島市吉島老人いこいの家	毎月第1金曜日 14:00～15:00	無料	転倒予防のための教室

吉島圏域のサロン

名称	開催場所	時間	料金	備考
<中島地区>				
④中島ふれあいいきいきサロンなかよし羽衣	中島集会所2階	毎月第3金曜日 10:00~12:00	200円/回	季節の行事、食事会等
⑥中島いきいきサロン吉島西	吉島稲荷神社社務所	毎月第1火曜日 10:00~11:30	200円/回	季節の行事、食事会等
⑳ほっとサロン	個人宅	毎月最終火曜日 13:00~15:00	100円/回	ゲームや手芸、茶話会等
<吉島学区>				
⑩広島もみじ同好会	吉島公民館	毎週木曜日 10:00~12:00	1000円/月	スポーツ吹き矢
<吉島東学区>				
㉑楽しく歌う会	吉島福祉センター	毎週月曜日 12:30~16:00	無料	カラオケ
㉒にぎやかに歌おう会	吉島福祉センター	毎週水曜日 12:30~16:00	無料	カラオケ
㉓歌おう会	吉島福祉センター	毎週金曜日 12:30~17:00	無料	カラオケ

吉島圏域の認知症カフェ

名称	開催場所	時間	料金
<中島地区>			
⑤Café さかした	坂下外科3階（坂下デイサービス内）	毎月第2土曜日 10:00～12:00	200円/回（お茶・菓子代）
⑱カフェ「よっといで」	レコードブック広島住吉町	毎月第3土曜日 09:00～12:00	100円/回（お茶・菓子代）
<吉島学区>			
⑩いちじくの会	吉島集会所	毎月第1金曜日 15:00～16:00	無料
<吉島東学区>			
⑫よつばカフェ	吉島病院健康管理棟2階	毎月第3木曜日 13:30～16:30	200円/回

参加希望・興味のある方は、ご連絡ください

お問い合わせ先 広島市吉島地域包括支援センター 082-545-1123

