



## 集会所一覧

|   |                           |   |                          |
|---|---------------------------|---|--------------------------|
| ⑮ | 中山集会所（東区中山中町 11-2）        | ⑳ | ライブヒルズ未来集会所（中山西 2-29-1）  |
| ⑯ | 広島市中山福祉センター（東区中山南 1-5-39） | ㉑ | 大内越集会所（東区中山西 1-19-19）    |
| ⑰ | 中山上組会館（東区中山上 2-1-28）      | ㉒ | 寄田集会所（東区中山南 1-20-17）     |
| ⑱ | 中組自治会館（東区中山中町 13-25）      | ㉓ | 中山東集会所（東区中山東 1-10-16）    |
| ㉒ | 下組会館（東区中山中町 4-27）         | ㉔ | 中山大東集会所（東区中山東 3-6-22）    |
| ㉓ | 落久保集会所（東区中山中町 7-10）       | ㉕ | 中山老人集会所（東区中山鏡が丘 9-1）     |
| ㉔ | 北平原集会所（東区中山西 2-10-8）      | ㉖ | 鏡が丘会館（東区中山上 2-7-1）       |
| ㉕ | 中山大堤集会所（東区中山南 1-5-39）     | ㉗ | サンヒルズ中山集会所（東区中山上 1-18-4） |

## グランドゴルフ

| 団体名            | 場所         | 日程                              |
|----------------|------------|---------------------------------|
| 喜楽会            | 中山上第一公園    | 毎週火・木・土曜日 8:00～                 |
| 喜楽会            | 中山小学校グラウンド | グラウンドが空いていれば月に2～3回程度(土曜日) 8:00～ |
| 西平原            | 中山西 身近運動公園 | 毎週木曜日9時～11時                     |
| 中山女性会グラウンド同好会  | 中山西 身近運動公園 | 毎週第2、4木曜日 10:00～                |
| 北平原グラウンドゴルフ同好会 | 中山西 身近運動公園 | 毎週月曜日 夏場 8:30～<br>冬場 9時～        |

# おでかけ

# マップ

## 中山版 Vol.5

R6年 4月作成

広島市二葉地域包括支援センター

〒732-0053

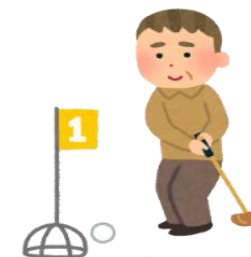
広島市東区若草町 10 番 14 号はらだビル 2 階

TEL (082) 263-3864

FAX (082) 263-3870

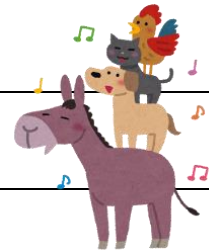
Eメールアドレス

[futabahoukatu@jurouen.or.jp](mailto:futabahoukatu@jurouen.or.jp)



## 地域の憩いの場(サロンなど)

| サロン名           | 場所 | 日時                                                    | 主な内容                                                                                                         |
|----------------|----|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| サロン北平原         | ㉑  | 毎週水曜日 13:00~13:45                                     | いきいき百歳体操                                                                                                     |
| 旭ヶ丘サロン         | ㉒  | 水曜日 13:00~15:00<br>金曜日 10:30~12:00<br>(※第3水曜日及び祝日は休み) | いきいき百歳体操、<br>ペタンク等(水曜日)                                                                                      |
| サロン鏡が丘         | ㉘  | 毎週火曜日 9:00~10:00                                      | いきいき百歳体操<br>ラジオ体操                                                                                            |
| 鏡が丘<br>いきいきサロン | ㉙  | 毎月第3水曜日<br>参加費 100円                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お茶とお菓子でのんびり</li> <li>・ゲームやアクティビティ</li> <li>・眺めるだけでも大丈夫です。</li> </ul> |
| サロンことぶき        | ㉚  | 毎週水曜日 9:30~<br>参加費 250円                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・いきいき百歳体操・茶話会・歌</li> </ul>                                            |



## 認知症ささえあいカフェ



| 認知症カフェ名             | 場所             | 日時                                 | 主な内容                                                                                                       |
|---------------------|----------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 中山やすらぎカフェ<br>(café) | 中山集会所<br>1Fホール | 毎月第3火曜日<br>13:30~15:30<br>参加費 100円 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「歌声喫茶」生ピアノ伴奏</li> <li>・元気であるためのミニ講座</li> <li>・お茶とお菓子で談笑</li> </ul> |



## 運動の場



| 団体名                 | 場所      | 日程                                                         | 主な内容           |
|---------------------|---------|------------------------------------------------------------|----------------|
| 大内越町生き生き 100 才体操クラブ | ⑳       | 毎週火曜日 13:00～                                               | いきいき百歳体操・ラジオ体操 |
| 鏡が丘会館いきいき百歳体操       | ㉑<br>2階 | 毎月金曜日 10:00～                                               | いきいき百歳体操       |
| ひまわり 100 歳体操の会      | ⑱       | 毎週木曜日 13:30～                                               | いきいき百歳体操       |
| みのり会                | ⑰       | ① 第 1・3 水曜日<br>第 1 会議室 10:30～<br>② 第 2・4 週水曜<br>調理室 13:30～ | いきいき百歳体操       |
| 喜楽会 女性部             | ⑰       | ① 毎週 1・3 金曜日<br>10:00～<br>② 第 2・4 金曜日 13:30～               | いきいき百歳体操       |
| 東・元気会               | ㉒       | 毎週月曜日<br>10:30～                                            | いきいき百歳体操       |
| 大東コスモス会             | ㉓       | 毎週月曜日<br>13:30～14:30                                       | いきいき百歳体操       |
| いきいき寄田              | ㉔       | 毎週土曜日<br>10:00～11:00                                       | いきいき百歳体操       |
| 笑顔でいきいき百歳体操 中山集会所   | ⑮       | 毎週月曜日<br>10:00～                                            | いきいき百歳体操       |

