

# 己斐・己斐上地区 『歩いて通える運動の ～拠点(いきいき百歳体操マップ)～

## 《己斐上小学校区》

- ①己斐上5丁目集会所  
(こいこい上・長寿クラブ)  
金曜日 9:00～
- ②フィット&デイ ここからキャンパス  
(己斐上いきいき体操)  
土曜日 9:00～
- ③己斐大迫集会所  
(国迫百歳体操)  
月曜日 9:30～
- ④己斐大迫集会所  
(大迫水曜会体操)  
水曜日 10:00～

## 《己斐小学校区》

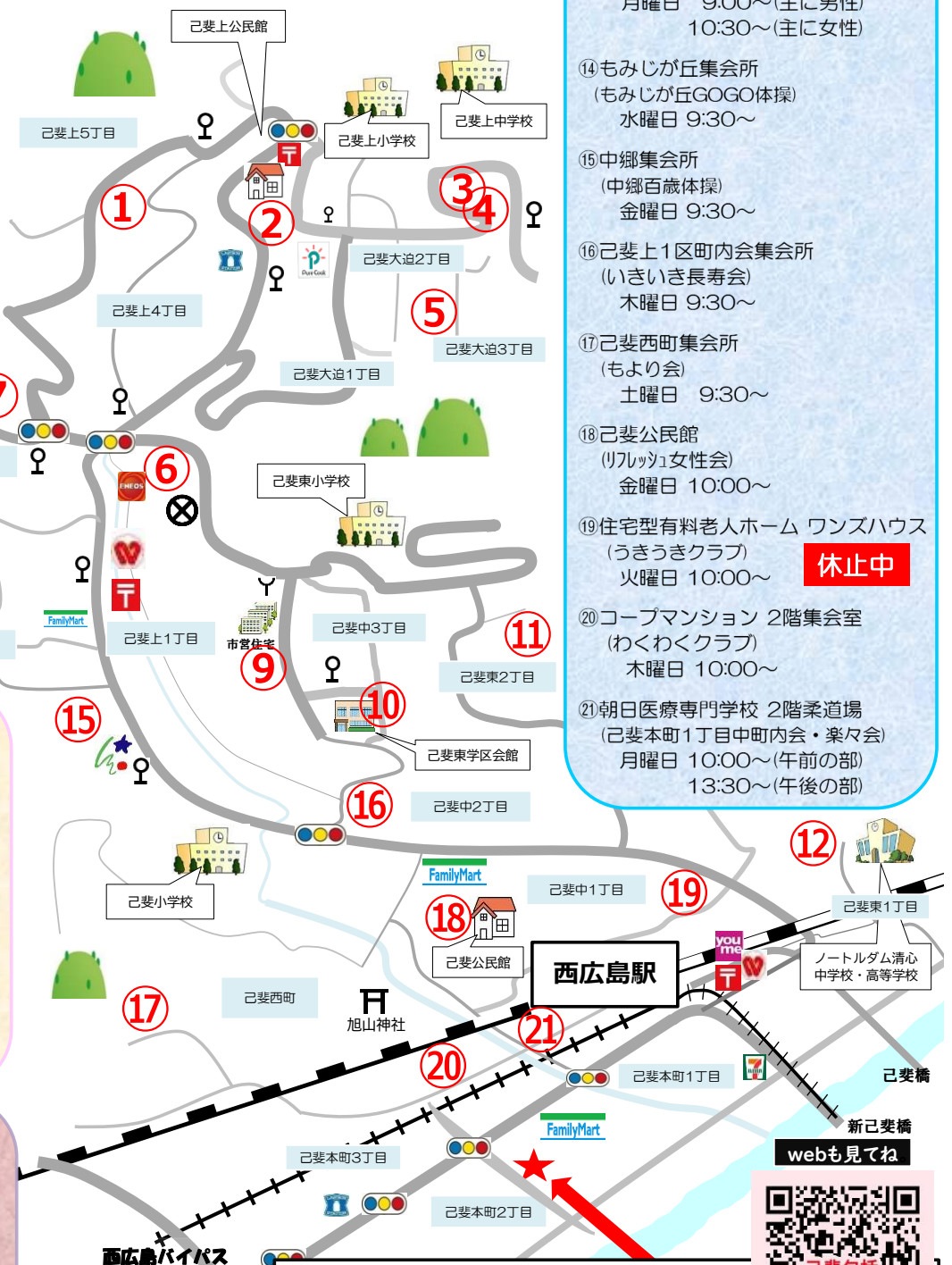
- ⑬共立ハイツ集会所  
(共立健康体操クラブ)  
月曜日 9:00～(主に男性)  
10:30～(主に女性)
- ⑭もみじが丘集会所  
(もみじが丘GOGO体操)  
水曜日 9:30～
- ⑮中郷集会所  
(中郷百歳体操)  
金曜日 9:30～
- ⑯己斐上1区町内会集会所  
(いきいき長寿会)  
木曜日 9:30～
- ⑰己斐西町集会所  
(もより会)  
土曜日 9:30～
- ⑱己斐公民館  
(リフレッシュ女性会)  
金曜日 10:00～
- ⑲住宅型有料老人ホーム ワンズハウス  
(うきうきクラブ) **休止中**  
火曜日 10:00～
- ⑳コープマンション 2階集会所  
(わくわくクラブ)  
木曜日 10:00～
- ㉑朝日医療専門学校 2階柔道場  
(己斐本町1丁目中町内会・楽々会)  
月曜日 10:00～(午前の部)  
13:30～(午後の部)

## 《己斐上小学校区》

- ⑤茶臼台集会所  
(いきいき茶臼台)  
金曜日 9:30～
- ⑥己斐上集会所  
(いきいきコイコイ体操)  
水曜日 8:45～10:00
- ⑦明山集会所  
(明山台百歳体操)  
木曜日 10:00～
- ⑧閑静園集会所  
(閑静園いきいき百歳体操)  
木曜日 9:00～

## 《己斐東小学校区》

- ⑨己斐中市営第1集会所  
(ふじハイツいきいきサロン)  
金曜日 13:30～
- ⑩己斐東学区会館  
(ふじハイツ百歳体操)  
木曜日 13:30～
- ⑪己斐東2丁目集会所  
(イトーピア第2シニアクラブ)  
火曜日 10:00～
- ⑫己斐東1丁目集会所  
(己斐東1丁目町内会(仮))  
土曜日 13:30～15:00



**広島市己斐・己斐上地域包括支援センター**  
 住所: 〒733-0812  
 広島市西区己斐本町2丁目7-13  
 電話: 082-275-0087 FAX: 082-275-0070  
 営業日: 月～土曜日(年末年始を除く)  
 営業時間: 8:30～17:30



作成:令和6年3月 (広島市己斐・己斐上地域包括支援センター)

裏面もご覧ください。

webも見てね

開催場所  
一覧

「歩いて通える運動の場」には、参加条件がある場合があります。  
詳しくは当センター(082-275-0087)までご連絡ください。

	名称	場所(住所)	活動日時	参加費	参加対象者
己斐上小学校区	① こいこい上・長寿クラブ	己斐上5丁目集会所 (己斐上5丁目26)	金曜日 9:00~10:00	500円/年	どなたでも
	② 己斐上いきいき体操	フィットネス&デイここからキャンパス (己斐上4丁目2-38)	土曜日 9:00~10:00	無料	どなたでも
	③ 国迫百歳体操	己斐大迫集会所 (己斐大迫3丁目24-1)	月曜日 9:30~10:30	無料	国迫団地町内会 加入者
	④ 大迫水曜会体操		水曜日 10:00~11:00 ※第5週目は除く	50円/回 (大迫2・3丁目の方除く)	どなたでも
	⑤ いきいき茶臼台	茶臼台集会所 (己斐大迫3丁目41)	金曜日 9:30~10:30	無料	どなたでも
	⑥ いきいきコイコイ体操	己斐上集会所 (己斐上1丁目14-5)	水曜日 8:45~10:00	150円/月	どなたでも
	⑦ 明山台百歳体操	明山集会所 (己斐上3丁目55-1)	木曜日 10:00~11:00	無料	明山台町内会 加入者
	⑧ 閑静園いきいき百歳体操	閑静園集会所 (己斐上3丁目24-16)	木曜日 9:00~10:00	無料	閑静園町内会 加入者
己斐東小学校区	⑨ ふじハイツいきいきサロン	己斐中市営第1集会所 (己斐中3丁目10-5)	金曜日 13:30~14:30 (14:30~茶話会休み)	100円/月	どなたでも
	⑩ ふじハイツ百歳体操	己斐東学区会館 (己斐中3丁目46-5)	木曜日 13:30~14:30	100円/回	どなたでも
	⑪ イトーピア第2シニアクラブ	己斐東2丁目集会所 (己斐東2丁目11-1)	火曜日 10:00~11:00	無料	どなたでも
	⑫ 己斐東1丁目町内会(仮)	己斐東1丁目集会所 (己斐東1丁目7-2)	土曜日 13:30~15:00	無料	どなたでも
己斐小学校区	⑬ 共立健康体操クラブ	共立ハイツ集会所 (己斐上2丁目31)	月曜日 9:00~10:30(男性) 10:30~11:30(女性)	無料	共立ハイツ町内会 加入者
	⑭ もみじが丘GOGO体操	もみじが丘集会所 (己斐上2丁目37)	水曜日 9:30~10:30	無料	もみじが丘町内会 加入者
	⑮ 中郷百歳体操	中郷集会所 (己斐上2丁目8-12)	金曜日 9:30~10:30	50円/回	どなたでも
	⑯ いきいき長寿会	己斐上1区町内会集会所 (己斐中2丁目23-12)	木曜日 9:30~10:30	無料	己斐上1区町内会 加入者
	⑰ もより会	己斐西町集会所 (己斐西町19-41)	土曜日 9:30~10:30 ※祝祭日・第5週目は除く	1,000円/年	どなたでも
	⑱ リフレッシュ女性会	己斐公民館 (己斐中1丁目6-20)	金曜日 10:00~11:00 ※祝祭日を除く	無料	どなたでも
	⑲ うきうきクラブ (休止中)	住宅型有料老人ホーム ワンスハウス (己斐中1丁目3番18-3)	火曜日 10:00~11:00 ※祝祭日を除く	無料	どなたでも
	⑳ わくわくクラブ	コープマンション 2階集会所 (己斐本町3丁目1-6)	木曜日 10:00~11:00	無料	どなたでも
	㉑ 己斐本町1丁目中町内会・ 楽々会	朝日医療専門学校 2階柔道室 (己斐本町1丁目25-15)	月曜日 10:00~(午前の部) 13:30~(午後の部) ※祝祭日を除く	無料	どなたでも