

令和6年度 介護予防拠点一覧

令和6年4月現在

	団体名	会場	基本の実施曜日	実施時間	会費	内容
①	※中筋サロン	中筋福祉会館 中筋1-4-18	毎週：水 祝日・第5週目休み	10:00～11:00	第1・2水 200円 それ以外の水 100円	いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操 第1:音楽療法 第2:大背戸講師 第4:ツクイ中筋講師
②	第一福笑会健康くらぶ	東野集会所 東野2-20-25	毎週：金 祝日休み	10:00～11:00	100円/回	いきいき百歳体操
③	スマイル百歳体操	東原慈光園 東原3-14-4	毎週：土 第5週目はお休み	10:15～11:30	無料	いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操
④	※東原健康クラブ	東原集会所 東原2-6-17	毎週：月	10:10～11:30	1000/年	かみかみ百歳体操・いきいき百歳体操 その他体操
⑤	虹のかけ橋	ふれあいセンター協同 西原9-8-22	毎週：月	13:30～14:15	100円/月	いきいき百歳体操
⑥	九丁目サロン	ふれあいセンター協同 西原9-8-22	毎週：水 祝日休み	9:30～10:15 10:30～11:30	100円/回	いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操
⑦	六・八丁目サロン	健康快活Station 3階 西原8-28-7	毎週：金 祝日休み	10:00～11:00	100円/回	いきいき百歳体操
⑧	※さんななサロン	西原東集会所 西原3-3-1	毎週：水 祝日休み	10:00～11:00	100円/回	いきいき百歳体操
⑨	※ぎおん体操クラブ	祇園公民館 西原1-13-26	毎週：土	第1・2:13:30～14:30 第3・4:10:00～11:00	100円/回	いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操
⑩	はらみなみ健康体操	原南集会所 西原2-26-3	毎週：火	14:00～15:00	100円/回	いきいき百歳体操 その他体操
⑪	なのはな健康体操	菜の華1階デフロア 西原1-18-5	毎週：木 祝日休み	14:00～15:00	100円/回	いきいき百歳体操
⑫	ひがしのサロン	東野公民館 東野2-22-7	第1・3月	10:00～11:00	100円/回	いきいき百歳体操（高知版） ラジオ体操・歌体操
⑬	東原サロン	東原集会所 東原2-6-17	第2・4金 祝日休み	13:30～14:30	100円/回	いきいき百歳体操（高知版） ラジオ体操・その他体操
⑭	いきいきはつらつ健康体操	原集会所 西原8-17-8	第1・3火 祝日休み	13:30～14:30	200円/回	大背戸講師による健康体操
⑮	※そうそう(操・奏)クラブ	祇園福祉センター 西原1-13-26	第1・3金	13:00～15:30	1000円/回	体操と歌(音楽療法)
⑯	下福寿会健康体操	長束神社神楽殿 長束1-32-16	第1・3木	9:30～11:30	青江先生の回 200円 その他 100円	奇数月第1:青江講師 それ以外青江講師DVD

◎初めて参加される方は参加受付時に「初めてです」とお伝えください。活動の詳細等を確認したい場合は地域包括支援センターもしくは活動団体の代表の方までご連絡ください。

※ぎおん体操クラブ：会場の予約状況によって、開催時間の変更がある可能性があります。

※さんななサロン：会場が狭く、人数制限があります。定員超過のため、新規の参加はできません。

※そうそう（操・奏）クラブ：初回参加費無料。年齢制限もありません。（子どもから大人まで参加可能）

※東原健康クラブ：10:10～10:30はかみかみ百歳体操を行っていますが、月1回はかみかみ百歳体操をお休みし、音楽療法を実施しております。

※中筋サロン：活動開始30分前にかみかみ百歳体操、しゃきしゃき百歳体操等を実施しております。

広島市東原・祇園東地域包括支援センター 電話：082-850-2220