

## ★み・は・ら★いきいき百歳体操実施団体紹介

三原市では★いきいき百歳体操★を通じて  
週1回、地域の皆さんが集い・健康づくりのために体操を行える『通いの場』づくり  
を応援しています。

R2.3.6現在

番号	地域	団体名	実施会場	実施曜日	開始時間	担当地域包括支援センター
1	三原	法常寺町内会百歳体操会	法常寺集会所	月	13:30~	医師会
2	三原	法常寺第2いきいき百歳体操会	法常寺集会所	木	13:30~	医師会
3	三原	和田女性会	和田公民館	月	13:30~	医師会
4	三原	宮浦百歳体操	宮浦コミュニティセンター	金	13:30~	医師会
5	三原	有地グループ(明神)	個人宅	月	11:00~	医師会
6	三原	ほほえみ(宮浦4丁目)	宮浦4丁目集会所	金	13:00~	医師会
7	三原	宗郷いきいき百歳体操の会	宗郷西公民館	水	14:00~	医師会
8	三原	大西百歳体操の会	大西公民館	木	10:00~	医師会
9	三原	いきいきサロンまるいけ会(新大西)	新大西町内会集会所	木	10:00~	医師会
10	三原	宮浦長寿サロン	宮浦コミュニティセンター	月か火	13:30~	医師会
11	三原	ひまわり会(明神)	明神県営北集会所	火・土	9:00~	医師会
12	三原	にっこり・ゆつくり百歳体操(糸崎)	糸崎コミュニティセンター	水	10:00~	三恵苑
13	三原	わいわい健康広場(糸崎)	糸崎寿集会所	火・木	10:10~	三恵苑
14	三原	はつらつサロン(幸崎本町)	幸崎本町公民館	火	9:30~	三恵苑
15	三原	幸崎スマイルクラブ	個人宅	火	14:00~	三恵苑
16	三原	さざなみぐるーぶ(幸崎久和喜)	久和喜公民館	土	13:30~	三恵苑
17	三原	ひまわりサロン(木原)	福地公民館	金	10:00~	三恵苑
18	三原	向田百歳体操	鷺浦コミュニティセンター	木	13:15~	三恵苑
19	三原	にこにこサロンあさひ	旭町自治会集会所	水	9:30~	三恵苑
20	三原	須波西なかよし会	須波西交流所(旧向井商店)	木	13:00~	三恵苑
21	三原	川西老人部	川西町集会所	木	13:30~	どりいむ
22	三原	光谷ひまわり会	光谷公民館	水	10:00~	どりいむ
23	三原	本町一丁目百歳体操	縁側サロン いろは	火	13:30~	どりいむ
24	三原	御作事サロン	港町会館	木	10:00~	どりいむ
25	三原	港町シルバー会	サンライズ港町	木	14:00~	どりいむ
26	三原	中之町上町内会福祉部	中之町上公民館	木	9:00~	どりいむ
27	三原	宮沖2丁目いきいきサロン新生部	宮沖公民館	木	10:00~	どりいむ
28	三原	はいからサロン(円一)	円一公民館	木	13:30~	どりいむ
29	三原	宮沖3丁目ふれあい会	宮沖公民館	水	10:00~	どりいむ
30	三原	神明仲好会	神明会館	木	14:00~	どりいむ
31	三原	泰雲寺町内会	館泰公民館	火	13:30~	どりいむ
32	三原	スマイル会(中之町下)	中之町下公民館	金	13:30~	どりいむ
33	三原	宮沖市営住宅自治会	宮沖市営住宅集会所	金	9:30~	どりいむ
34	三原	のりのりサロン(宮沖4丁目)	宮沖4丁目集会所	月	10:00~	どりいむ
35	三原	館町花草会さくらサロン	館泰公民館	水	13:30~	どりいむ
36	三原	八幡町美生地区	美生公民館	火	9:30~	はーもにー
37	三原	ダイヤハイソックス会	ダイヤハイソックス集会所	木	10:00~	大空
38	三原	沼田東「笑顔で筋トレ・脳トレ」	沼田東コミュニティセンター	水	13:30~	大空
39	三原	沼田健康体操	沼田公民館	水	9:30~	大空
40	三原	サロン小原(寄ってしゃべろう会)	小原公民館	火	10:00~	大空
41	三原	小泉わいわいサロン	小泉町民会館	金	10:00~	大空
42	三原	いきいきサロンひめくさ	姫草集会所	月	14:00~	大空
43	本郷	城山百歳体操	城山集会所	木	13:00~	大空
44	本郷	北方百歳体操の会	北方コミュニティセンター	火	13:30~	大空
45	本郷	3人にこグループ(北方)	個人宅	水	13:30~	大空
46	本郷	ひよりや船木	船木ふれあいセンター	木	13:30~	大空
47	本郷	善入寺ふれあいサロン「やってみよう会」	善入寺前畑集会所	火	13:30~	大空
48	本郷	お茶の間サロン「さくらんぼ本郷」	本郷支所別館	月	10:00~	大空
49	本郷	いきいき百歳体操&脳トレ・筋トレ(南方)	南方コミュニティセンター	木	13:30~	大空
50	本郷	杉臼ふれあい百歳体操	杉臼コミュニティホーム	水	10:00~	大空
51	本郷	一丁畑にこにこサロン	一丁畑公民館	木	13:30~	大空
52	本郷	サロン金売	金売集会所	木	13:30~	大空
53	本郷	南方サロン「みとしろ」	南方コミュニティセンター	月	10:30~	大空
54	本郷	いきいき会(今井谷)	今井谷集会所	金	10:00~	大空
55	本郷	うららサロン(船木)	川西下集会所	木	13:30~	大空
56	本郷	本郷健康体操	本郷保健福祉センター	水	14:30~	大空
57	本郷	茅ノ市 仲よし会	下北方老人集会所	火	13:30~	大空
58	本郷	本郷ひよりや 火曜日会	本郷福祉センター	火	13:00~	大空
59	本郷	さくらクラブ(船木)	養老集会所	金	9:30~	大空
60	本郷	ほがらかサロン(福礼)	福礼公民館	木か日	10:00~	大空
61	久井	常設サロン「なごみ」(吉田)	吉田コミュニティセンター	金	10:30~	はーもにー
62	久井	「あざみサロン」(筋原)	筋原コミュニティホームあざみ荘	金	10:00~	はーもにー
63	久井	黒郷体操くらぶ	黒郷コミュニティセンター	水	13:30~	はーもにー
64	久井	久井運動普及リーダー会	久井保健福祉センター	水	9:00~	はーもにー
65	久井	いきいき体操クラブ(中野)	中野福祉プラザ	木	10:00~	はーもにー
66	久井	さんさん・プラザ(坂井原)	坂井原福祉プラザ	水	13:00~	はーもにー
67	久井	下津いきいき百歳体操	下津コミュニティホーム	水	10:00~	はーもにー
68	久井	小林きんもくせいの会	法林寺	金	13:30~	はーもにー
69	大和	サロンやすらぎ会(萩原)	古市コミュニティホーム	月	13:30~	はーもにー
70	大和	びっばら(大草)	びっばら	月	10:00~	はーもにー
71	大和	いきいき体操(はっぴーサロン)(大草)	大草公民館	月	9:00~	はーもにー
72	大和	おたっ者クラブ(和木)	和木地域ふれあい交流センター	月	13:30~	はーもにー
73	大和	サロン深見	深見コミュニティホーム	火	10:00~	はーもにー
74	大和	前兼いき百歳体操	前兼集会所	木	9:30~	はーもにー
75	大和	寄りやんしょう会(後谷)	後谷コミュニティホーム	火	13:30~	はーもにー
76	大和	篠サクラクラブ	篠コミュニティセンター	水	13:20~	はーもにー
77	大和	いきいき健康サロン(棕梨)	旧くわなし小学校	月	10:00~	はーもにー
78	大和	いきいきJapan(棕梨)	くわなし公民館	水	10:00~	はーもにー
79	大和	いきいき百歳体操神田	神田公民館	木	10:00~	はーもにー
80	大和	源流サロン(蔵宗)	大和町蔵宗コミュニティセンター	木	13:30~	はーもにー
81	大和	上徳良いきいき百歳体操	上徳良コミュニティセンター	水	9:30~	はーもにー

ご興味のある方は、まずはお問合せください  
【お問い合わせ先】三原市高齢者福祉課  
電話 0848-67-6055

