

わかやまシニアエクササイズサークル

地区	名称	場所
日方地区	あじさい会	海南保健福祉センター
	日方ストレッチ	海南保健福祉センター
	ぎんなん	海南保健福祉センター
	MAY	海南保健福祉センター
黒江・船尾地区	さくら会	室山地区集会所
	ステップウェル	黒江防災コミュニティセンター
	船尾筋トレサークル『三百六十五歩』	黒江防災コミュニティセンター
	船尾ステップフレンズ	黒江防災コミュニティセンター
大野地区	元気体操	大野公民館
	レモン	総合体育館
巽地区	にこにこダルマ	巽コミュニティセンター
亀川地区	亀川なでしこ会	亀川公民館
	すいせん会	岡田地区集会所
	つつじ	つつじヶ丘自治会館
北野上地区	ひまわりエクササイズ	北野上公民館
	わかばサークル	高津児童会館
中野上地区	ゆっくり	住民センター
南野上地区	コスモス	南野上公民館
下津町地区	さわやかサークル	脇の浜児童館
	友和サークル	新田児童館
	ファイト♡22.7	下津保健福祉センター
	クローバー	加茂郷公民館
	とっても元気大崎	大崎会館

脳トレサークル

地区	名称	場所
日方地区	脳トレさくらんぼ会	海南保健福祉センター
	どんぐり	海南保健福祉センター
	脳トレイレブン会	海南保健福祉センター
	さくらサークル	海南保健福祉センター
	NS17	海南保健福祉センター
	月見草	日方西部児童会館
大野地区	脳トレかすが	大野公民館
内海地区	脳トレ喜楽会	冷水集会所
北野上地区	カトリア会	北野上公民館
中野上地区	イソトマの会	住民センター
南野上地区	脳トレみなみ	南野上公民館
下津町地区	脳トレクラブ	下津保健福祉センター
	なかよし会	下津保健福祉センター

問い合わせ先： 高齢介護課 地域支援班 073-483-8762

## ラジオ体操サークル

地区	場所	地区	場所
日方地区	海南保健福祉センター前	亀川地区	亀川公民館
	柿本神社		多田集会所広場
	日方西部児童会館	北野上地区	原野集会所
黒江・船尾地区	特別養護老人ホーム天美苑		
黒江・船尾地区	黒江防災コミュニティセンター	中野上地区	中野上公民館
大野地区	船尾市場		住民センター前
内海地区	春日前広場	下津町地区	脇の浜児童館
	小中地藏尊前		中児童館
巽地区	内海公民館		大崎会館
	大谷団地広場		塩津みなと広場
	遊歩道阪井駅跡地		
	たつべパーク集会所		
	重根広場		
	赤坂公園台		
	総合ケアステーションラヴィ駐車場		
	重根2号公園		

## いきいき百歳体操サークル

地区	名称	場所
日方地区	御門町いきいき長寿研究会	日方西部児童会館
	さくらサークル	海南保健福祉センター
	サークル元気	海南保健福祉センター
	いきいきコスモス	海南保健福祉センター
	ひだまりの会	海南保健福祉センター
	イキイキれんげ草	日方地区集会所
	太陽100歳会	日方東部児童会館
内海地区	内海なでしこ	内海公民館
	ぴあ	地域活動支援センターぴあ
	冷水会	冷水集会所
亀川地区	どんぐりいきいき体操	丸山家倉庫
北野上地区	いきいき体操クラブ	特別養護老人ホーム 天美苑
中野上地区	コスモス体操クラブ	中野上公民館
	いきいき南風園	特別養護老人ホーム 南風園
	よりよりサークル	住民センター
	新婦人シニアエクササイズ小組	医療生協げんき
下津町地区	大東ふれ愛プラザ方方	KAMOGO 2階
	にこにこ元気で長生きの会	特別養護老人ホーム かぐのみ苑
	みかんサークル	丁コミュニティセンター
	サロン濱中	上公民館

問い合わせ先： 高齢介護課 地域支援班 073-483-8762