

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[東]

※実施情報は、内容の変更の場合があります。 問合せ先: 高齢者支援課 TEL823-4014

学校区	実施場所	住 所	いきいき 時間①		いきいき 時間②		かみかみ 時間①		かみかみ 時間②		利用料	参加条件
昭和	丸池公民館(丸池東弥生長寿会)	高知市丸池町4-3	水	10:15			水	10:00			月100円	原則 丸池東弥生老人会員
	サーパス知寄町 I 集会室	高知市知寄町2丁目4-10	水金	10:00			水金	10:40				
	下知コミュニティーセンター (百歳体操 すみれ会)	高知市二葉町10-7	火金	10:40	金	13:40	火金	11:20	金	14:20	年間300円	午前: 下知地区の人 午後: 誰でも参加可能
	下知長寿会 デイサービス33 (宝永町百歳体操クラブ)	高知市宝永町10-21 デイサービス33番地	水	10:20			水	10:00				
	セルヴィ21知寄町	高知市稲荷町170-1 セルヴィ21知寄町 1F会議室	火木	10:00			火木	10:50				
	丸池集会所	高知市丸池町9	月	10:00			月	10:00				
	小倉町集会所	高知市丸池町10 小倉公園内	木	10:00			木	10:30				
	やえもんふれあいセンター	高知市北御座2-60	月木	14:00			月木	14:00				
	デイサービス33番地	高知市宝永町10-21	金	13:30			金	13:30				
	下知消防分団	高知市知寄町1丁目4-34	金	10:30			金	11:10				知寄町, 弥生町, 日の出町 周辺の方
	フジ桜井店 百歳体操会場	高知市桜井町2丁目7-35 フジ桜井店内	月	10:00								
五台山	鳴谷公民館	高知市五台山2919-2	月	14:00	木	11:00	月(隔週)	14:40	木(隔週)	11:40		
	唐谷公民館	高知市五台山1205-2	木土	13:30			土	13:30				
	五台山三ツ石公民館	高知市五台山3445-3	月	9:30			月	10:10				町内会会員
	瑞山公民館	高知市仁井田2844	火	10:00			火	10:30				
	五台山東孕公民館	高知市五台山367	火	10:35			火	10:20				
	東和公民館	高知市五台山2046-4	水	9:00			水	9:40				
	西倉谷町内会(会長宅)	高知市五台山2802-7	火	14:00			火	13:40			月250円	町内会会員
	南吸江いきいきクラブ	高知市五台山4958	土	9:20			土	9:20				
	屋頭福浦公民館	高知市五台山3893	日	10:20			日	10:00				
	北吸江さくら会	高知市吸江115	金	10:00								
	長江公民館	高知市五台山4876	月	9:30			月	9:30				
倉谷公民館	高知市五台山2689-2	火	14:00			火	14:40					

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[東]

※実施情報は、内容の変更の場合があります。 問合せ先: 高齢者支援課 TEL823-4014

学校区	実施場所	住 所	いきいき 時間①		いきいき 時間②		かみかみ 時間①		かみかみ 時間②		利用料	参加条件
			日	時	日	時	日	時	日	時		
大津	田辺島公民館	高知市大津乙2249-1	水	13:00			水	13:40				
	大津関なかよしグループ華	高知市大津甲1218-2	水	19:00			水	19:00				
	大津もみじ野公民館	高知市大津乙3169 大津もみじ野団地内	月	10:00			月	10:30				
	大津ふれあいセンター (舟入いきいき体操)	高知市大津乙930-5	土 (他曜日にも 随時開催)	13:00			土 (他曜日にも 随時開催)	13:40				
	大津県住集会所	高知市大津乙318	金	10:00			金	10:30				
三里	宅老所デイホーム三里	高知市種崎587-1	火木	10:00			火木	9:30			1回100円	
	三里ふれあいセンター	高知市仁井田4229-2	木	9:30			木	10:20				60歳以上
	池公民館(池健康グループ)	高知市池2358	木	10:00			木	10:00			月100円	池地域と周辺
	種崎地区津波避難センター (タネシェル)	高知市種崎405-6	月木	10:00			月木	9:45				
	仁井田砂地公民館	高知市仁井田95 消防三里分団砂地部	木	13:00			木	13:00				
	三里小学校	高知市仁井田1356	水	10:00			水	10:40				
	舟倉津波避難センター	高知市仁井田1646-14	月木	10:05			月木	10:45				
	ゆりぐるまの里	高知市仁井田2158-1	月	14:10			月	13:50				
	貴船ノ森津波避難ビル	高知市種崎662-1	月木	10:30			月木	10:10				
	東町憩いの家	高知市仁井田3364-2	月	10:00			月	10:30				
	三里文化会館 (三里いきいきスマイル)	高知市仁井田1652-1	水	10:00			水	10:40			月300円	
	種崎センター	高知市種崎485	火	9:40			火	9:20				
	社会福祉法人海の里パールマリン	高知市仁井田1618-18	月木	14:00								
十津	十津晴海公民館	高知市十津3丁目13-1	木	10:00			木	10:30			月100円	
	三里十津北集会所	高知市十津5丁目18	木	13:00			木	13:00				自治会員
	地域交流さろん ほっと館	高知市十津3丁目13-23	火	10:00			火	10:30				
	十津西集会所 深浦公民館	高知市十津2丁目1-41	水	10:00			水	10:40			月100円	

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[東]

※実施情報は、内容の変更の場合があります。 問合せ先: 高齢者支援課 TEL823-4014

学校区	実施場所	住 所	いきいき 時間①		いきいき 時間②		かみかみ 時間①		かみかみ 時間②		利用料	参加条件
十津	十津市営住宅南集会所	高知市十津5丁目2	月	13:30							月100円	
	十津北集会所月曜日グループ	高知市十津5丁目18-7	月	10:00			月	10:40			月100円	
	望海ヶ丘集会所	高知市池3203-2 望海ヶ丘集会所	月木	10:00			月木	10:40				
介良	介良市民会館	高知市介良丙329	月金	12:40			月金	11:25				
	介良宮の前公民館	高知市介良乙2078-19	月木	9:50			月木	9:30				
	ケアコミュニティトマトの樹	高知市介良乙883-2	火金	10:20			火金	9:50				
	デイサービスセンター介良・なの花	高知市介良乙3137-5	火木金	14:00			月~土	11:30				上履き持参
	介良東部公民館	高知市介良丙665	木	14:15			木	14:00				東部、丁面地区の方
	横堀公民館若葉会	高知市介良乙2665-11	月	19:30			月	20:00				
	ヘアー&メイクBUHO	高知市介良乙3067-6	月	15:30			月	15:30				
	介良下組公民館	高知市介良乙1271	火金	10:00			火金	10:00				下組住民
	津の宮公民館	高知市介良乙2761-4	月木	10:00			月・木	10:30				
介良 潮見台	宅老所たんぼぼけら	高知市介良370-4	月木	13:30			月木	14:10	火水金	11:15	1回100円	概ね65歳以上
	介良中野公民館	高知市介良370-7	水金	10:00			水	10:40				団地内の人優先
	潮見台3丁目ハロールーム	高知市潮見台3丁目404	木	13:30								潮見台睦会(老人クラブ) への加入必要
	介良県営住宅集会所	高知市介良570	月木	10:15			月木	10:00				
はりまや 橋(旧新 堀)	グループホーム朋楽	高知市はりまや町3丁目16-8	日	15:00			日	15:00				
	はりまや街中クラブ	高知市はりまや町1丁目6-16	金	14:00								
	久病院6Fももどり会場	高知市桜井町1丁目2-35	木	10:00			木	10:30				
	南街地区公民館	高知市九反田4-40	月	10:00			月	10:30				南街地区在住者
	中の島アシストプラザ	高知市中の島2-96	金	10:30			金	11:10			月100円	
	京町・新京橋女性部体操会場	高知市はりまや町1丁目1-20	木	10:30			木	11:10				
	北街社協会館	高知市はりまや町3丁目17-23	月	10:00			月	10:00				