

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北]

※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		
はりまや橋(旧追手前)	高知大神宮 百歳体操ひまわり会	高知市帯屋町2丁目7-2	火	13:30			火	14:10				神社のため神祭のないとき
	図書館通り体操会	高知市追手筋1丁目9-15 山下ビル4F	木	10:00			木	10:40				
	高知街社協会館 (いきいき百歳体操会)	高知市廿代町11-3	土	11:00			土	11:20				
	お街のいきいき百歳体操 (旧帯屋町チェントロ)	高知市帯屋町2丁目2-9 帯屋町チェントロ2階 地域包括ケア介護相談室	月	11:05			月	10:45				
小高坂	新屋敷しばてんハウス	高知市新屋敷1丁目2-10	月木	14:00			月木	13:30			1回100円	
	高知市小高坂会館 (旧細木いきいき仲良しクラブ)	高知市大膳町1-30 2階	第1木	10:30	第1以外の木	10:20	木	10:00				
	小高坂市民会館	高知市山ノ端町32-5	月木	11:00			月	10:45				
	高知県立塩見記念館青少年プラザ	高知市小津町6-4	金	9:40			金	10:00				
	小高坂あすなろ会 (旧八反町集会所)	高知市八反町2丁目10-7	火金	10:00			火金	10:40				
	小高坂会館 いきいき百歳体操	高知市大膳町1丁目30 2階	月	10:00			月	10:30				
	コッコ・サン	高知市新屋敷2丁目13-13	火金	10:00								新屋敷2丁目を中心に 小高坂地域の方
第四	高知整形脳外科病院	高知市上町4丁目7-20 高知整形脳外科病院管理棟	月木	13:00								
	上街地区公民館(上街100才体操)	高知市上町3丁目4-8	月	10:00			月	10:00				
	サーパス通町1番館	高知市通町116-2 サーパス通町集会所	水	10:00			水	10:40				
	まっことネット(和み会)	高知市上町5丁目4-1 ピュアリフレビル	月・木	10:00			月・木	10:30				
一ツ橋	宝町公民館	高知市宝町9-15	金	10:00			金	10:40				宝町居住者
	一ツ橋小学校	高知市吉田町4-10	月金	10:20			月金	10:00				
	高知伊勢崎キリスト教会集会所	高知市伊勢崎町3-8	金	10:00			金	10:40			1回100円	
	愛宕山南町集会所	高知市愛宕山南町14	火金	13:30			火金	13:30				原則町内住民
第六	出雲大社 うさぎ会	高知市升形5-29	金	13:30			金	13:30				
江ノ口	昭和町コミュニティ住宅 いきいき百歳体操クラブ	高知市昭和町8-18	火金	13:20			火金	13:00			月100円	

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北]

※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
江ノ口	栄田公民館(旧栄田集会所)	高知市栄田町1丁目6-29	火	10:00			火	11:00				
	江ノ口 コミュニティセンター	高知市愛宕町1丁目10-7	水土	10:00			水土	10:00				
	愛幸ホール	高知市入明町14-1 1F	土	10:00			土	10:00				
	にこにこ広場 あたご	高知市愛宕町2丁目19-14	金	10:00			金	10:40				
	ばんぱじんぱ	高知市昭和町8-18 昭和町コミュニティ住宅集会所	月木	13:30			月木	13:30			月100円	
秦	秦の里	高知市中秦泉寺182	月	13:40	木金	10:40	月	14:20	木金	11:20	1回100円	
	秦ふれあいセンター	高知市中秦泉寺54-3	水	14:00			水	14:50				
	かがのいクラブ	高知市加賀野井1丁目21-13	火金	9:00			火金	9:40			1回200円	町内の人
	MS自治会公民館	高知市中秦泉寺272-17	月木	13:30			月木	14:10				
	宇津野公民館	高知市宇津野84	木	10:00			木	10:40				
	西秦泉寺公民館	高知市西秦泉寺302	火	10:00			火	11:00				老人会会員
	秦南町1丁目公民館	高知市秦南町1丁目5-31-1	木	10:00			木	10:00				
	七ツ淵北公民館	高知市七ツ淵1451	金	10:00			金	10:30				農業繁忙期間はほぼ休み
	アルコデイトレセンター愛宕山 (前里南地区町内会)	高知市前里335-15	日	10:00			日	10:00			月200円	前里南地区町内会員
	アルコデイトレセンター愛宕山 (前里中北地区町内会)	高知市前里335-15	土	10:00								
久重	緑ヶ丘公民館(重倉)	高知市重倉1596-172	日	9:00	水	9:30	日	9:00	水	9:30		
	久礼野公民館	高知市久礼野96-1	月木	14:00			月	14:40			1回100円	
	久礼野入定若一クラブ	高知市久礼野1357-1 久礼野入定公民館	日	13:00			日	13:40				
泉野	薊野西町公民館	高知市薊野西町2丁目12-9	金	10:20			金	10:00			月200円(4月・5月のみ)	
	秦南町二丁目公民館	高知市秦南町2丁目19-13	火	14:00			火	14:40				
	薊野公民館(百歳体操会)	高知市薊野中町14-17	火	14:00			火	14:40				
	桜ヶ丘自治会集会所	高知市東秦泉寺470-187	金	13:30			金	14:10				金曜が祭日のときは休み
	特別養護老人ホーム あざみの里	高知市薊野北町2丁目25-8	木	11:00			木	11:40			1回250円	概ね65歳以上

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北]

※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	10:15			日	10:00				
泉野	こもれび	高知市東秦泉寺211	日	10:15			日	10:00				
一宮	IMCグループホームセゾン薊野・ 地域交流ホール	高知市薊野東町2-10	水	14:00			水	14:30				
	一宮ふれあいセンター	高知市一宮中町1丁目5-20	第1第3水	10:00	第2 第4土	10:00	第1第3水	10:40	第2 第4土	10:40		
	一宮西天神集会所	高知市一宮西町1丁目36-2	木	14:00			木	14:45				
	一宮老人福祉センター	高知市一宮西町3丁目22-15	火	10:30			火	10:30				65歳以上
	一宮神社前公民館	高知市一宮しなね2丁目17-6	火金	9:30			火金	10:10				原則町内の方
	一宮米元公会堂(米元公民館)	高知市一宮中町3丁目11-36	水金	10:00			水金	10:40				
	一宮せんだん会館	高知市一宮西町1丁目4-1	木	13:00			木	13:40			月200円	
	西一宮公民館	高知市一宮西町1-8-1	月	13:30			月	14:10				
	サーパスシティ高知集会室	高知市一宮南町1丁目1-5 1棟1階	水	13:30			水	14:00				
	一ノ宮公民館	高知市一宮しなね2丁目25-13	木	10:00			木	10:30				
一宮東	トーマン団地体操クラブ 和	高知市一宮東町2丁目22-25	木	10:00			木	10:30				トーマン団地住人
	一宮トーマン団地東山台集会所	高知市一宮東町2丁目22-25	金	10:00			金	10:00				
	逢坂平集会所	高知市一宮東町4丁目15-26	月金	10:00			月金	10:00				
	緑ヶ丘集会所(一宮)	一宮東町5丁目23-19	木	13:00								
	ライフテラス(憩いの生活館いっく /想い人いっく)	高知市一宮東町1丁目26-3	金	14:00			金	14:40				
	トーマン団地自治会集会所	高知市一宮東町2丁目22-25	火	10:40			火	10:40				
江陽	比島4丁目公民館	高知市比島町4丁目2-15	月水	11:10								
	デイサービス咲楽	高知市北本町4丁目5-25 はるる1F	火金	14:00			火金	14:00				
	比島町集会所	高知市比島町1丁目12-6	水	10:00			水	10:00			1回50円	
	介護老人保健施設 あいおい 1Fリハビリ室	高知市相生町1-35	月	13:50			月	13:45				
	塩田町百歳体操クラブ	高知市塩田町18-10 保健福祉センター2F	水	14:20			水	14:20				60歳以上 月4回(第5週目休み)

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北]

※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
			水	10:00	土	13:00	水	10:00	土	13:00		
江陽	新本町公民館(旧新本町集会所)	高知市新本町2丁目5-34-5	水	10:00	土	13:00	水	10:00	土	13:00		第2水曜は休み
	比島町4丁目いきいき百歳体操	高知市比島町4丁目2-15	金	10:30			金	10:30				原則4丁目町内会会員