

いきいき百歳体操実施場所一覧



※実施情報は内容の変更があります。

令和7年10月1日現在

問合せ先：長寿介護課：0889-42-1205 須崎市社会福祉協議会：0889-42-0736



(上分地区)

集い名称	実施場所	実施曜日	筋力体操	お口の体操	実施時間	備考
あさがお	上分公民館	月	○	○	9:30~11:00	(上分丙344-2)
上分体操		水	○	○	9:30~11:30	(上分丙344-2)
笹野体操	笹野消防コミュニティセンター	月	○	○	9:30~	※季節により 時間変更あり (上分甲519-2)

(新荘地区)



集い名称	実施場所	実施曜日	筋力体操	お口の体操	実施時間	備考
いこいの里	新荘公民館	水	○	○	10:00~11:15	(下分乙470-1)
中氏体操	中氏公民館	金	○	○	13:30~14:30	(下郷)
角谷体操	角谷集会所	水	○	○	10:00~11:30	(下分乙999-2)
坂ノ川元気クラブ	坂の川集会所	月	○	○	10:00~11:00	(下分甲)