

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



(多ノ郷地区)

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
さわやかクラブ	多ノ郷公民館 (1階)	月	○	○	9:30~	※参加前に要相談 (大間本町15-22)
霜月会		月	○	○	13:30~	※参加前に要相談 (大間本町15-22)
なごみ会		水	○	○	10:00~12:00	※参加前に要相談 (大間本町15-22)
すこやかクラブ		木	○	○	10:00~12:00	※参加前に要相談 (大間本町15-22)
そよ風	多ノ郷公民館 (2階)	金	○	○	9:30~12:00	(大間本町15-22)
あじさい		火	○	○	13:00~	(大間本町15-22)
押岡(昼)	押岡集会所	月	○	○	13:30~	(押岡603-1)
おまんもこちも ひゃくひゃくクラブ		木	○	○	18:30~	※季節により時間変更あり (押岡603-1)
百の集い	久通 コミュニティ センター	水	○	○	14:00~15:00	(久通41)
神田体操	神田集会所	水	○	○	13:00~14:00	(神田)

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



(多ノ郷地区)

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
田ノ地	田ノ地集会所	月	○	○	13：30～	(多ノ郷甲田ノ地)
あおい	あおい老人憩の家	金	○	○	13：30～	※雨の日は休み (多ノ郷甲1780-2)
天空の里	堂ヶ奈路集会所	月	○	○	13：00～	※集まり次第開始 (多ノ郷甲堂ヶ奈路)
地域にここにサロン	アッセンブリーハウス	火・金	○		① 9：00～ ② 10：00～	(西崎町)
妙見22.5の会		月・木	○	○	13：00～14：30	※参加前に要相談 (西崎町)
たんぽぽ	山手町集会所	水	○	○	13：30～	(山手町)