



## いきいき百歳体操実施場所一覧 (多ノ郷地区)



※実施情報は内容の変更があります。

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

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	○	○	9:30~11:00	※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)
和(なごみ)	東川内集会所	水	○	○	9:30~11:00	休止中 (多ノ郷甲1166-27)
押岡(昼)	押岡集会所	月	○	○	13:30~	(押岡603-1)
おまんもこちも ひやくひやくクラブ		木	○	○	18:30~	※季節により時間変更あり (押岡603-1)
押岡	個人宅	土	○	○	13:00~	
箕越	個人宅	木	○	○	14:00~	
妙見22.5の会	妙見町集会所	月・木	○	○	13:30~14:30	※参加前に要相談 (妙見町4-19)
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A	個人宅	金	○	○	9:15~	※開始時間変更あるので要問合せ
神田体操	神田集会所	水	○	○	13:00~14:00	(神田)

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	多ノ郷 老人憩の家	火	○	○	13:30~	(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)
地域にここにこ毬ロン	アッセンブリー ハウス	火・金	○		10:00~	(西崎町)