

No	行政区	活動の名称	対象者の詳細	開催日時	活動場所	内容	参加費
1	新屋	ミレニアムほっとクラブ 「さわやかクラブ」	制限なし	毎月第3火曜日 13:30～15:00 毎月第4木曜日 10:00～11:30	ミレニアム東山台	健康に関する講話 脳トレ ストレッチ・筋トレ	1回 200円
2	新屋	ミレニアムほっとクラブ 「コスモス」	制限なし	毎月第2水曜日 10:00～11:30	ミレニアム東山台	参加者同士の対話 講師を招いてブロック折り紙を実施	1回 200円
3	新屋	ミレニアムほっとクラブ 「カムカム」	制限なし	毎月第1金曜日 13:30～15:00	ミレニアム東山台	カゴ作り等作品制作	1回 200円
4	新屋	ミレニアムほっとクラブ 「カムカム」	制限なし	毎月第1金曜日 13:30～15:00	ミレニアム東山台	運動	1回 200円
5	新屋	バルの会	制限なし	毎月第1・2・4火曜日 10:00～11:30	ミレニアム東山台	筋トレ・ストレッチ・3B体操	1か月 500円
6	明知上	介護予防教室	制限なし	毎月第2・4木曜日5.6.7月は第2・4金曜日 13:30～14:30	明知上老人憩いの家	筋トレ・ストレッチ	なし
7	明知下	クノンボールクラブ	制限なし	毎月第2・3・4木曜日 10:00～11:15	明知下老人憩いの家	筋トレ・ストレッチ	2か月 1000円
8	明知下	健康体操クラブ	制限なし	毎週木曜日 13:30～15:00	明知下公民館	筋トレ・ストレッチ	なし
9	明知下	3B体操教室	制限なし	毎月第1・3月曜日 10:00～11:30	明知下公民館	筋トレ・ストレッチ	なし
10	打越	一休さんの会	打越2組の人	基本的に毎月第2木曜日 10:00～13:00	打越神社社務所	参加者同士の交流・茶話会 不定期で講師を招いて体操や認知症予防の脳トレなどを実施。	1回 800円
11	打越	打越サロン	打越行政区在住の人	毎月第4水曜日 10:00～11:30	打越憩いの家	認知症予防及び茶話会	1回 100円
12	打越	ワンツート体操	制限なし	毎月第1・3水曜日 10:00～11:00	打越公民館	筋トレ・ストレッチ・脳トレ	なし
13	打越	すずらんの会	制限なし	毎月第2・4水曜日 13:30～15:00	大覺寺	歌唱・茶話会	1回 200円
14	東山	いきいきクラブ	制限なし	毎月第2・4水曜日 10:00～11:00	東山憩いの家	筋トレ・ストレッチ・脳トレ	なし
15	打越	ヨガ同好会	制限なし	毎月第2・4木曜日(R7.4月から) 10:00～11:00	打越公民館	ヨガ・ストレッチ	年 250円
16	打越	うちわ	制限なし	毎月第2月曜日 13:00～14:00	増岡邸 離れ家	フラトレ	なし