

竹屋地区 体操教室・サロンマップ



【いきいき百歳体操をしている体操教室】

① ほほえみ体操クラブ

場 所：エクセレントショートケア棟（西平塚町 7-3）
時 間：毎週 木曜日 10時00分～11時00分
内 容：いきいき百歳体操、（かみかみ百歳体操）
参加費：ひと月 100円 ※室内シューズ必要

② つるちゃん体操（鶴見会）

場 所：竹屋地区老人集会所（鶴見町 11-5） 鶴見公園内
時 間：毎週 火曜日 10時00分～11時00分
内 容：いきいき百歳体操、かみかみ百歳体操
参加費：無料

③ スマイル体操

場 所：竹屋公民館（宝町 3-15） 2階 会議室
時 間：毎週 水曜日 ※第5週お休み
Aグループ：10時00分～10時35分
Bグループ：10時45分～11時20分
内 容：いきいき百歳体操
参加費：ひと月 200円

【地域の予防教室】

① 富士見町ふれあい いきいきサロン

場 所：森信建設 1階（富士見町 15-1）
時 間：第2・4 水曜日 13時30分～14時40分
内 容：インストラクターによる体操、管理栄養士によるおはなし
参加費：1回 500円

② 竹屋脳活性化のつどい

場 所：竹屋公民館（宝町 3-15） 2階 会議室
時 間：毎月第4 金曜日 13時00分～14時00分 ※
内 容：インストラクターによる体操、健康講座など様々
参加費：無料
※詳細についてはお問合せください。

② 知恵蔵クラブ

場 所：竹屋公民館（宝町 3-15） 2階 研修室
時 間：毎月第2 金曜日 13時30分～15時00分 ※
内 容：司法書士による「いきいき法律教室」
参加費：無料
※詳細についてはお問合せください。

参加希望・興味のある方は、ご連絡ください。
広島市国泰寺地域包括支援センター
☎082-249-0600

