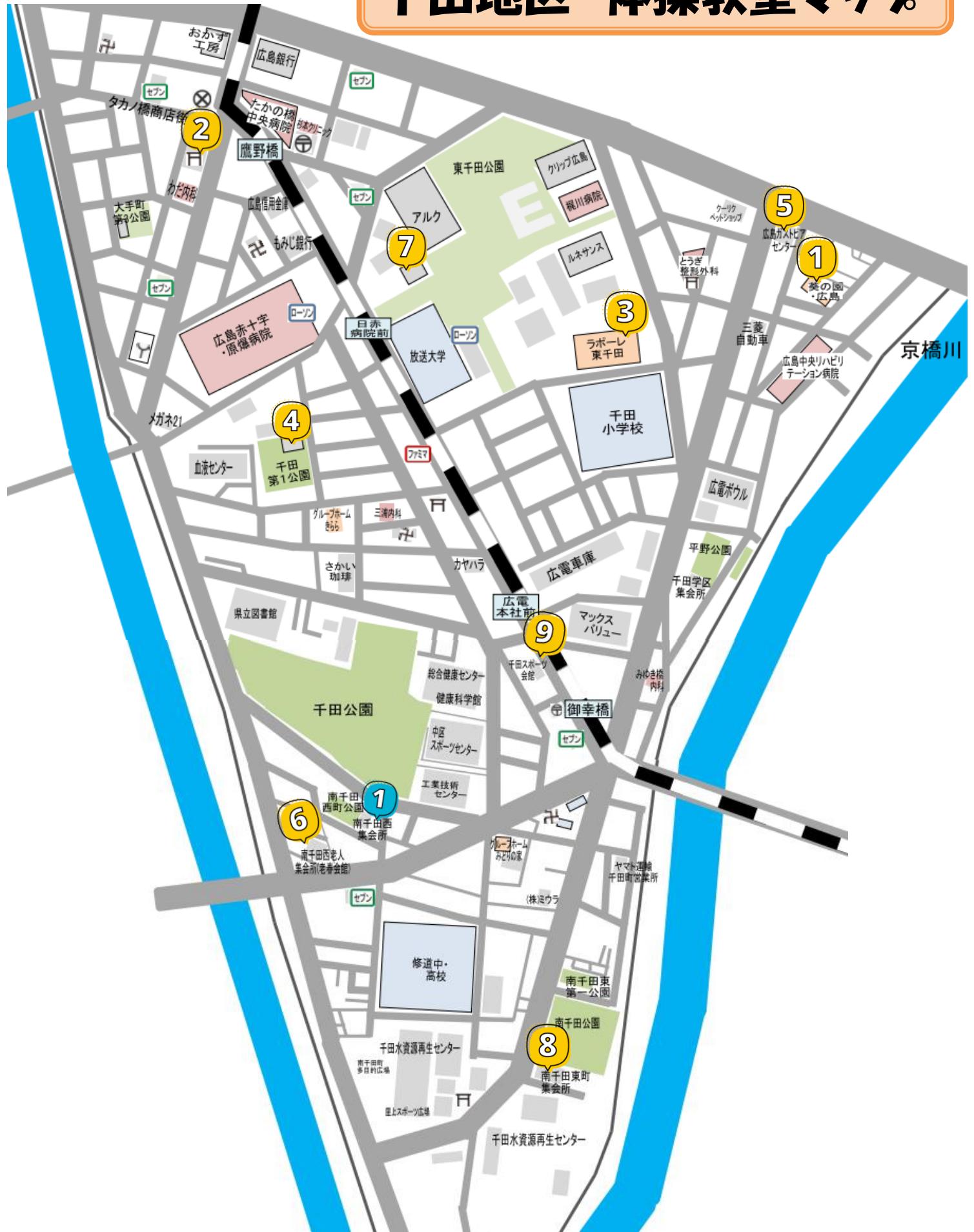


令和7年12月発行

千田地区 体操教室マップ



【いきいき百歳体操をしている体操教室】

① 葵の健康体操教室

場 所：介護老人保健施設 葵の園 (平野町 3-8) 地域交流スペース
時 間：毎週 火曜日 14 時 00 分～15 時 00 分
内 容：いきいき百歳体操 等
第 2・4 は、理学療法士による体操指導
参加費：1回 100 円

② GOGO ファイブ ※手すりつきの階段数段あり

場 所：峯本稻荷神社 (大手町 5 丁目 7-7)
時 間：毎週 金曜日 14 時 00 分～15 時 00 分
内 容：いきいき百歳体操 等
参加費：ひと月 200 円 ※室内シューズ必要

③ hitoto (人と) 絆体操

場 所：ラポーレ東千田 (東千田町 1 丁目 1-48) 6 階
時 間：毎週 水曜日 10 時 00 分～11 時 00 分
内 容：いきいき百歳体操 等
参加費：1回 100 円

④ いきいき千寿体操きらら

場 所：千田老人集会所 (千寿会館) (千田町 2 丁目 5-13) 千田第 1 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 等
参加費：ひと月 100 円

⑤ エンジョイ体操

場 所：広島ガストピアセンター (南竹屋町 1-30) 6 階
時 間：毎週 木曜日 14 時 00 分～15 時 00 分
内 容：いきいき百歳体操、インストラクターによる体操指導 等
参加費：1回 100 円

⑥ 南千田いきいき体操

場 所：南千田西町老人集会所 (老春会館) (南千田西町 4-3)
時 間：毎週 月曜日 13 時 30 分～14 時 30 分
内 容：いきいき百歳体操 等
参加費：ひと月 100 円 ※室内シューズ必要

⑦ 百歳体操クラブ

場 所：ガーデンガーデン コモンセンター 2 階 (東千田町 1 丁目 1-104 内)
時 間：毎週 金曜日 10 時 00 分～11 時 00 分
内 容：いきいき百歳体操 等
参加費：無料 ※室内シューズ必要

→ウラ面もあります

⑧ さくらいきいき体操

場 所：南千田東町集会所（広島市千田水資源再生センター）
(南千田東町 7-10)

時 間：毎週 木曜日 13 時 30 分～14 時 30 分

内 容：いきいき百歳体操 等

参加費：ひと月 100 円 ※室内シユーズ必要

⑨ Let's さんさん会

場 所：千田スポーツ会館（ちびっこ広場横）
(千田町 3 丁目 10-8)

時 間：毎週 金曜日 13 時 30 分～14 時 30 分

内 容：いきいき百歳体操

参加費：1 回 100 円 ※室内シユーズ必要

【地域の予防教室】

① 健康体操教室・千田

場所：南千田西集会所（南千田西町 2-10）

時間：第 2・4 木曜日 14 時 00 分～15 時 00 分

内容：インストラクターによる体操

参加費：ひと月 1300 円

参加希望・興味のある方は、定員の状況もあるため、
まずは下記までご連絡ください。

広島市国泰寺地域包括支援センター

☎ 082-249-0600

