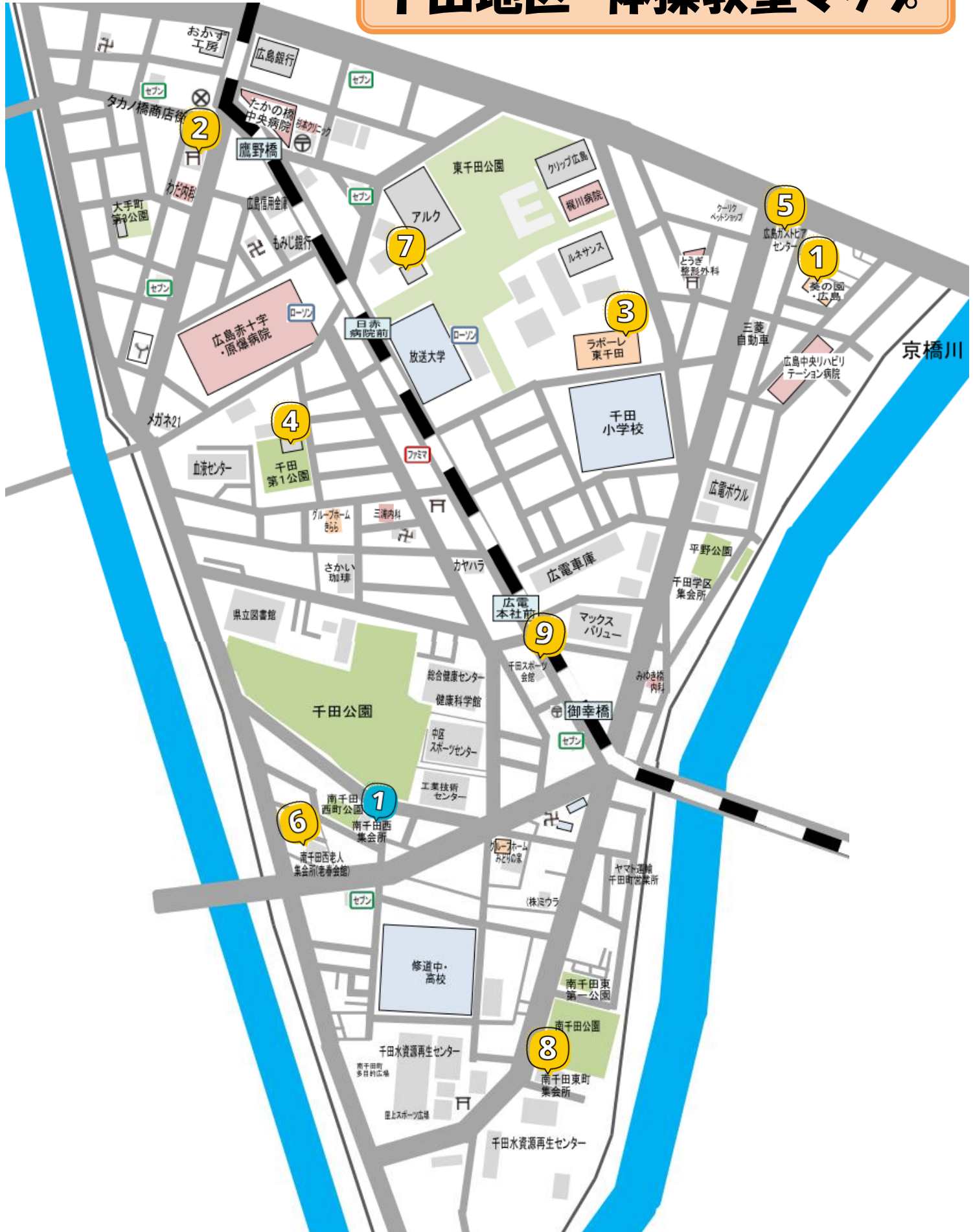


令和8年4月発行

# 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 200 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 ※室内シューズ必要

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 ※室内シューズ必要

【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

