

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北](令和5年8月末現在)

※実施情報は、内容の変更の場合があります。 問合せ先:基幹型地域包括支援センター TEL823-4014

学校区	実施場所	住 所	いきいき 時間①		いきいき 時間②		かみかみ 時間①		かみかみ 時間②		利用料	参加条件	しゃきしゃき 有無
はりまや橋(旧追手前)	高知大神宮 百歳体操ひまわり会	高知市帯屋町2丁目7-2	火	13:30			火 (休止中)	13:30					
	図書館通り体操会	高知市追手筋1丁目9-15 山下ビル4F	木	10:00			木	10:40					
	高知街社協会館 (いきいき百歳体操会)	高知市廿代町11-3	土	11:00			土	11:00				町内の人	有
	お街のいきいき百歳体操 帯屋町健康サポートセンター (旧帯屋町チェントロ)	高知市帯屋町2丁目2-9 帯屋町チェントロ2階 帯屋町健康サポートセンター	月火	10:30	月	14:00	月火	10:30	月	14:00			
小高坂	新屋敷 しばてんハウス	高知市新屋敷1丁目2-10	月 (休止中)	13:30			月 (休止中)	13:30			1回100円		有 (休止中)
	高知市小高坂会館 (旧細木いきいき仲良しクラブ)	高知市大膳町1-30 2階	木	10:00			木	10:00					有 (休止中)
	小高坂会館 いきいき百歳体操 (月曜会)	高知市大膳町1-30 2階	月	10:00			月	10:00					有 (休止中)
	小高坂市民会館	高知市山ノ端町32-5	月木	11:00			月	10:45					有
	高知県立塩見記念館青少年プラザ	高知市町小津町6-4	金	9:40			金 (休止中)	9:40					有 (休止中)
	小高坂あすなろ会 (旧八反町集会所)	高知市八反町2丁目10-7	火金	10:00			火金	10:00				7月~9月:9:30~ 12月~2月:10:30~	
	ココ・サン新屋敷	高知市新屋敷2丁目13-13	火金	10:00			火金	10:40				8・9月:9:30~	
	ほそぎの在宅 ニャンでも相談センター(和み会) (旧まっことネット)	高知市大膳町1番25号	月木	10:00			月木	10:40					人数制限あり(現在満員)
第四	高知整形脳外科病院	高知市上町4丁目7-20 高知整形脳外科病院管理棟	月木	14:00									
	上街地区公民館(上街100才体操)	高知市上町3丁目4-8	月	10:00			月	10:00					
	サーパス通町1番館	高知市通町116-2 サーパス通町1番館集会所	水	10:00			水	10:00				原則マンションの住民	有
一ツ橋	宝町公民館	高知市宝町9-15	金	10:00			金 (休止中)	10:40				宝町町内会の人	有 (休止中)
	一ツ橋小学校	高知市吉田町4-10	月	10:00	金	10:00	月	10:00	金	10:00			有
	高知伊勢崎キリスト教会集会所	高知市伊勢崎町3-8	金	10:00			金	10:00			1回100円	8月は休み	有
	愛宕山南町集会所	高知市愛宕山南町14	火金	13:30			火金	13:30				原則町内住民、それ以外 は要相談 8月は休み	有

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北](令和5年8月末現在)

※実施情報は、内容の変更の場合があります。 問合せ先:基幹型地域包括支援センター TEL823-4014

学校区	実施場所	住 所	いきいき 時間①		いきいき 時間②		かみかみ 時間①		かみかみ 時間②		利用料	参加条件	しゃきしゃき 有無	
第六	出雲大社 うさぎ会 いきいき百歳体操会場	高知市升形5-29	金	13:45			金	14:10					有 (休止中)	
江ノ口	昭和町コミュニティ住宅 いきいき百歳体操クラブ	高知市昭和町8-18 昭和町コミュニティ住宅集会所	火金	13:00			火金	13:00			月100円	原則コミュニティ住宅住民	有	
	ばんぱじんぱ	高知市昭和町8-18 昭和町コミュニティ住宅集会所	月木	13:15			月木	13:15			月100円		有	
	栄田公民館(旧栄田集会所)	高知市栄田町1丁目6-29	火	10:00										
	江ノ口コミュニティセンター	高知市愛宕町1丁目10-7	水土	10:00			水	10:40					有	
	愛幸ホール	高知市入明町14-1 1F	土 (休止中)	10:00			土 (休止中)	10:00						有 (休止中)
	にこにこ広場 あたご	高知市愛宕町3丁目10-23 高知市江ノ口地区公民館	金	10:00			金	10:40						有 (休止中)
秦	秦の里	高知市中秦泉寺182	月木金	10:30			月木金	10:30			1回100円	宅老所登録者	有	
	秦ふれあいセンター	高知市中秦泉寺54-3	水	14:00			水	14:55					有	
	かがのいクラブ	高知市加賀野井2丁目31-11 加賀野井台地公民館	火金	10:00			火金	10:00			(週1)月250円 (週2)月500円		有	
	MS自治会公民館	高知市中秦泉寺272-17	月木	13:30			月木	13:30					有	
	宇津野公民館	高知市宇津野84	木	10:00			木	10:00					有 (休止中)	
	西秦泉寺公民館	高知市西秦泉寺302	火	10:00			火	10:00					有	
	秦南町1丁目公民館	高知市秦南町1丁目5-31-1	木	10:00			木	10:00					有	
	アルコデイトレセンター愛宕山 (前里南地区町内会)	高知市前里335-15	日	10:15			日	10:00			月200円	前里南地区町内会員		
	アルコデイトレセンター愛宕山 (前里中北地区町内会)	高知市前里335-15	土	10:00			土	10:00						
	チェリーマダム(ピ・ウエル愛宕山)	高知市愛宕山161-1	火	9:45			火	9:45				マンション住民とその家族 限定	有	
	谷ノ内公民館いきいき百歳体操会	高知市北秦泉寺105-12	月金	10:00			月金	10:30			月300円			
	城見ヶ丘公民館 (しろみん元気クラブ)	高知市宇津野257-1	土	9:00										
久重	緑ヶ丘公民館(重倉)	高知市重倉1596-172	日	9:00	水	9:30	日	9:00	水	9:30			有	
	久礼野公民館	高知市久礼野96-1	月木	14:00			月	14:00					有	

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[北](令和5年8月末現在)

※実施情報は、内容の変更の場合があります。 問合せ先:基幹型地域包括支援センター TEL823-4014

学校区	実施場所	住 所	いきいき 時間①		いきいき 時間②		かみかみ 時間①		かみかみ 時間②		利用料	参加条件	しゃきしゃき 有無
泉野	薊野西町公民館	高知市薊野西町2丁目12-9	金	10:00			金	10:00					有
	秦南町二丁目公民館	高知市秦南町2丁目19-13	金	13:20			金	13:20					有 (休止中)
	薊野公民館(百歳体操会)	高知市薊野中町14-17	火木	14:00			火木	14:00					有 (休止中)
	薊野公民館(西三五クラブ)	高知市薊野中町14-17	月	14:00			月	14:40				老人会(薊野西三五クラブ) に加入	
	桜ヶ丘自治会集会所	高知市東秦泉寺470-187	金	13:30			金	14:10				祝日は休み	有
	特別養護老人ホーム あざみの里	高知市薊野北町2丁目25-8	木 (休止中)	10:30			木 (休止中)	11:20			体操のみ1回250円		
	東秦泉寺公民館(旧こもれび)	高知市東秦泉寺21	日	9:45	日	11:00	日	9:45	日	11:00			有
一宮	IMCグループホームセゾン薊野・ 地域交流ホール	高知市薊野東町2-10	水	10:30			水	14:10					有
	一宮ふれあいセンター	高知市一宮中町1丁目5-20	第1・3水	10:00	第2・4土	10:00	第1・3水	10:00	第2・4土	10:00		8月のお盆期間は休み	有
	一宮西天神集会所	高知市一宮西町1丁目36-2	火	10:00	木	14:00	火	10:00	木	14:00			
	一宮老人福祉センター	高知市一宮西町3丁目22-15	火	10:30			火	10:30				65歳以上	有
	一宮神社前公民館	高知市一宮しなね2丁目17-6	火金	9:00			火金	9:40					
	一宮米元公会堂(米元公民館)	高知市一宮中町3丁目11-36	火金	10:00			火金	10:00					有
	一宮せんだん会館	高知市一宮西町1丁目4-1	木	13:30			木	13:30					有 (休止中)
	西一宮公民館	高知市一宮西町1-8-1	月	13:30			月	14:15					
	一ノ宮公民館	高知市一宮しなね2丁目25-13	木	10:00			木	10:00					
	マルナカ高知インター店 紡	高知市一宮南町1丁目15-13	水	15:30	日	10:00	水	15:30	日	10:00		GGカードまたはゆうゆう カード発行(55歳以上、年 会費1,100円)	
一宮東	トーマン団地体操クラブ 和	高知市一宮東町2丁目22-25	火木	10:35			火木	10:00				原則団地の人	有
	一宮トーマン団地東山台集会所 209班	高知市一宮東町2丁目22-25	金	10:00			金	10:00					有
	逢坂平集会所	高知市一宮東町4丁目15-26	月金	10:00			月金 (休止中)	10:00					休止中
	緑ヶ丘集会所(一宮)	高知市一宮東町5丁目23-19	木	12:50			木	12:50					有

