

いきいき百歳体操(学校区別)実施場所一覧[土佐山](令和7年12月末現在)

※実施情報は、内容の変更のあります。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	しゃきしやき 有無
土佐山	土佐山健康福祉センター (たきゆり)	高知市土佐山桑尾1842-2	月火木金 13:00		月火木金 10:30		生きがいデイの利用料 300円	生きがいデイ利用者	有 (休止中)
	桑尾公会堂内 桑の里	高知市土佐山桑尾1401	木 13:00		木 13:00			桑尾地区の人	有
	久万川公民館	高知市土佐山東川1395-2	木 14:00		木 14:00				
	土佐山弘瀬あすなろの里	高知市土佐山弘瀬361-1	火 13:00		火 13:00			夏季は9:00～	有
	土佐山菖蒲ふれあいの里	高知市土佐山菖蒲656-1	水 (休止中) 13:30		水 (休止中) 13:30				有 (休止中)
	中切公民館(たんぽぽ)	高知市土佐山中切902-5	水 (休止中) 13:30		水 (休止中) 13:30				有 (休止中)
	土佐山公民館なでしこ	高知市土佐山122-1	水 13:30		水 13:30				