

コミュニティカフェ・元気の出る体操教室に参加しませんか

令和4年9月1日時点

町名	コミュニティカフェ	元気の出る体操教室(地域での体操教室)					
	誰もが気軽に参加でき、体操をしたり、話をしたりほっと一息つける場所です。各町毎に設置されています。	<p>専門職が地域に出向いて3か月体操指導を行う教室を開催しています。</p> <p>○期間:週1回・1時間半・12回コース(3か月間)</p> <p>○内容:専門職による体操指導(4回)、保健師派遣(6回)・体力測定</p> <p>○貸し出し物品:筋力アップ用ボール、血圧計等</p> <p>教室終了後も自分たちで体操を続ける場合は、物品の貸し出し、定期的に体操指導・体力測定の実施を行います。</p> <p>※令和4年9月1日現在、教室修了後の自主運営教室が43か所、の体操教室が行われています。</p>					
三重	長者体操みえ 木曜日 13:30～ ひなたぼっこ	健幸クラブin中玉田	浅水げんきクラブ	夢クラブ	深田フレンズ	あかい屋根健康クラブ	セノ”ナカツムレ”
		月曜 10:00～ 中玉田公民館	火曜日 10:00～ 浅水公民館	月曜日 13:30～ 中の原公民館	木曜日 10:00～ 深田公民館	水曜日 9:00～ 赤い屋根の郷	水曜日 9:30～ 中津無礼公民館
		絆体操教室	肝煎1区わくわくスクール	向野げんきクラブ	いきいき体操in菅生	川辺げんき会	下赤嶺東区 貯筋体操教室
		休中止	木曜日 9:00～ 三重原公民館	木曜日 13:30～ 向野公民館	木曜日 10:00～ 菅生公民館	第1・第3月曜日 10:00～ 川辺公民館	金曜日 9:00～ 下赤嶺東区公民館
		肝煎二区スマイル教室	はつらつせきれい	成福体操教室	内田体操教室		
		木曜日 13:30～ 肝煎2区公民館	木曜日 9:00～ 上赤嶺二区公民館	金曜日 13:00～ 市場5区ふれあい広場	火曜日 9:30～ 内田地区公民館		
清川	はつらつ清川 火曜日 9:30～ 清川支所	平石であいの輪	元気な宇田枝	岩戸のびる会			
		火曜日 14:30～ 柏野集落センター	火曜日 9:30～ 宇田枝公民館	月曜日 13:30～ 岩戸公民館			
緒方	お元気広場—おがた 水曜日 9:30～ 緒方支所	知田体操教室	お元気広場はらじり	小田牧体操教室	上冬原すずらん体操クラブ	下自在シニアクラブ	
		第2木曜日 10:00～ 知田集会所	水曜日 10:00～ 原尻公民館	木曜日 9:30～ 小宛公民館	水曜日 9:30～ 上冬原公民館	火曜日 10:00～ 下自在公民館	

コミュニティカフェ・元気の出る体操教室に参加しませんか

令和4年9月1日時点

町名	コミュニティカフェ	元気の出る体操教室(地域での体操教室)					
朝地	ふれあい広場 木曜日 9:30～ 朝地支所	はっする町体操教室	やすらぎ団地すずめの学校	彼岸花体操教室	あやめ会	皇帝ダリアの会	
		月曜日 8:30～ 町公民館	火・金曜日 14:00～ やすらぎ団地集会所	火曜日 9:30～ 田村公民館	水曜日 14:00～ 親所公民館	金曜日 13:30～ 綿田公民館	
大野	健康づくり教室 月曜日 13:30～ 大野支所	田代げんきクラブ	さわやか茜クラブ	菅田にこにこクラブ	スマイル中道	藤北スマイル	
		火曜日 9:30～ 川北公民館	火曜日 9:30～ 茜公民館	水曜日 10:00～ 菅田公民館	水曜日 9:30～ 中道公民館	水曜日 10:00～ 藤北公民館	
		酒井寺なかよしクラブ	庄屋おしゃべり会	体操教室ビューティフルおおの	100までクラブ	駒鹿にっこり体操クラブ	窪体操教室
		月曜日 9:30～ 酒井寺公民館	月曜日 13:30～ 庄屋公民館	木曜日 10:00～ 大野公民館	火曜日 9:30～ 大野公民館	水曜日 13:30～ 駒鹿公民館	木曜日 13:30～ 窪公民館
千歳	楽らく広場“ひょうたん” 月曜日 9:30～ 千歳公民館	千寿会	*千寿会は市全域から参加で きます				
		金曜日 9:30～ 千歳公民館					
犬飼	よらんかえ～ どんこカフェ 金曜日 9:30～ 犬飼支所	小福手体操教室	ながたに歌ごえ体操教室	下町 礼輪会			
		月曜日 10:30～ 小福手公民館	火曜日 9:30～ 旧長谷幼稚園	火曜日 13:30～ 金光会館			

問い合わせ
豊後大野市高齢者福祉課
地域包括ケア推進係
電話 0974-22-1001(内線2180)