

～週1回以上介護予防体操を実施している場所～
(吉井地域包括支援センター圏域)

※詳しくは吉井地域包括支援センター（0956-66-8838）までお尋ねください。

令和8年3月31日現在

グループ名	活動場所	曜日	時間	利用料	内容	参加条件	受け入れ範囲
吉井ひまわり会	吉井地区 コミュニティーセンター	月	10:00～12:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 ごぼう先生体操		吉井包括圏域
高岩絆会	東岩崎公民館	月	13:20～14:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		町内限定（江迎町）
菜の花会	長田代公民館	土	10:00～11:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		地区限定 （長田代地区）
木浦原やよい会	木浦原地区集会所	金	10:00～12:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション	木浦原地区の住民	町内限定（木浦原区民）
褥崎ユリの会	褥崎公民館	日	9:30～11:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操・脳トレ レクリエーション		町内限定（鹿町）
チームうぐいす	立石新町公民館	火	10:00～11:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操・脳トレ ごぼう先生体操		吉井包括圏域
赤坂陽光クラブ	赤坂公民館	金	9:30～11:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操・脳トレ 講話・レクリエーション 奉仕作業		市内全域
加勢いきいき笑顔会	加勢地区公民館	土	9:00～10:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 脳トレ・ゲーム	60歳以上 加勢地区在住	町内限定
スマイル	船ノ村地区公民館	土	8:30～10:00	300円/月	いきいき百歳体操 嚥下体操 ラジオ体操 つるかめ体操 めい想・講話		市内全域

グループ名	活動場所	曜日	時間	利用料	内容	参加条件	受け入れ範囲
いきいきサロン やなげ	筍瀬地区集会所	火	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		吉井包括圏内
夢クラブ	江迎地区コミュニティーセ ンター3F	月	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 レクリエーション・講話		町内限定 (江迎町)
西岩崎にこにこ会	西岩崎公民館	月	13:30~14:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操		町内限定 (江迎町)
元気会	歌ヶ浦公民館	土	10:00~11:00	無	いきいき百歳体操 えんげ体操		町内限定 (鹿町町)
いきいき世知原	世知原町コミュニティーセ ンター	木	10:00~14:30	無	いきいき百歳体操 えんげ口腔体操 コーラス レクリエーション		吉井包括圏内
猪調友愛会	猪調公民館	金	10:00~12:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 ラジオ体操 レクリエーション		町内限定 (江迎町)
いのつき美女会	猪調公民館	火	10:00~12:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操・脳トレ レクリエーション		町内限定 (江迎町)
陽の出元気クラブ	口ノ里公民館	木	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操・脳トレ ゲーム		町内限定 (鹿町町)
潜竜もみじ会	潜竜公民館	水	10:00~12:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		吉井包括圏内
三浦えがおクラブ	三浦地区集会所	水	10:00~14:00	500円/年	いきいき百歳体操 えんげ体操 脳トレ グランドゴルフ バグー		町内限定
花ちゃん元気隊	山手浦集会所	金	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 レクリエーション		吉井包括圏内

グループ名	活動場所	曜日	時間	利用料	内容	参加条件	受け入れ範囲
元気の会	上橋川内公民館	木	10:00～11:30		いきいき百歳体操 かみかみ体操 レクリエーション		町内限定（吉井、世知原、江迎）
小川内住宅 リフレッシュ会	小川内住宅集会所	水	13:30～15:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		町内限定（江迎町）
ひなた会	栗迎3区集会所	金	14:00～15:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		町内限定（世知原町）
まんてんキラソウ	御堂公民館	月	9:50～11:00	200円/月	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション	65歳以上であれば どなたでもOK	吉井包括圏内
サロン曼珠沙華	小川内公民館	火	13:30～15:30	無	いきいき百歳体操	60歳以上	町内限定 （小川内）
東ノ木桜会	東ノ木地区公民館	木	13:30～14:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		町内限定（江迎町）
中尾桜寿体操クラブ	江迎町 中尾公民館	金	10:00～11:00	無	いきいき百歳体操 えんげ体操		町内限定 （江迎地区）
サロン岩下	岩下住宅公民館	木	13:00～15:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		吉井包括圏内
いきいき大加勢	大加勢公民館	火	10:00～11:00	500円/年	いきいき百歳体操 他各種体操	大加勢地区の方	町内限定 （大加瀬）
元気・健康サロン	世知原町春日地区公民館	金	10:00～11:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操・高齢者体操 レクリエーション ニュースポーツ		市内全域
城山語ろう会	世知原町 城山公民館	火	14:00～15:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		町内限定
健友会	長坂公民館	水	14:00～16:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 レクリエーション		町内限定 （長坂地区）
笑和会	株式会社ドミニコ サクラビル3F	水	10:00～14:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		市内全域

グループ名	活動場所	曜日	時間	利用料	内容	参加条件	受け入れ範囲
よろう会	木場公民館	金	13:30~15:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		町内限定 (鹿町町)
サロン開田	開田集会所	木	10:30~11:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		市内全域
たのしもう会	深江公民館	木	13:30~15:00	300円/月	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		町内限定
あじさい体操クラブ	栗迎6区公民館	火	13:30~14:30	無	百歳体操、かみかみ体操、ラジオ体操、世知原体操レクリエーション、3B体操		吉井包括圏域
あおぞらクラブ	世知原地区 コミュニティセンター	火	10:00~12:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		町内限定 (世知原町)
末橋なでしこクラブ	末橋公民館	水	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操	地域の人を誰でも受け入れる	町内限定 (江迎町)
栗四さくら会	栗迎4区集会所	金	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 脳活体操・バグゴー	栗迎四区在住の 60歳以上の方	町内限定 (栗迎四区)
シニア元気クラブ	吉井地区 コミュニティーセンター2F	水	10:00~12:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操 ストレッチ・ダンス		市内全域
栗越あいあい会	栗越公民館	水	13:30~14:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		町内限定 (栗越区)
北川内百歳体操クラブ	北川内公民館	金	14:00~15:30	無	いきいき百歳体操 口腔体操 レクリエーション		市内全域
槍巻ほのぼのサロン	権現町集会所	水	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 口腔えんげ体操 ラジオ体操・レク 世知原体操・講話	65歳以上の方 近隣の方	町内限定 (世知原)
ひぐちゃーず	樋口公民館	水	10:00~12:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操・脳トレ	樋口区内	町内限定 (樋口区内)

グループ名	活動場所	曜日	時間	利用料	内容	参加条件	受け入れ範囲
たんぽぽの会	下橋川内公民館	月	10:00~11:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 脳トレ		市内全域
高峰もみじ会	高峰地区公民館	土	9:00~10:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		吉井包括圏内
東立石ねえちゃーず	東立石公民館	木	13:00~14:00	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操		町内限定 (吉井地区)
ももいろクラブ	下直谷団地集会所	土	10:00~11:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 レクリエーション		町内限定 (吉井地区)
わしお会	志戸氏集会所	月	13:30~15:00	無	いきいき百歳体操 口腔体操、レクリエーション		町内限定
矢峰ストレッチクラブ	栗迎7区集会所	金	13:30~14:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ体操 レクリエーション		吉井包括圏内
おもやいハウス 百歳体操	民家（おもやいハウス）	金	10:00~11:30	無	いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操 脳トレ		市内全域