

# 山口市いきいき百歳体操活動状況

参加希望がある場合は、地域包括支援センターが各グループの代表者と調整を行います。

お住まいの地域の担当地域包括支援センターまでご連絡ください。

(2025年9月現在)

|    | 地域 | 場所         | 開催頻度 | 実施曜日・時間          | 担当地域包括支援センター                  |
|----|----|------------|------|------------------|-------------------------------|
| 1  | 大殿 | 福永邸        | 週1回  | 水 10:00～         | 中央地域包括支援センター<br>☎083-934-3338 |
| 2  |    | 大殿地域交流センター | 週1回  | 木 14:00～         |                               |
| 3  |    | 上金古曾公会堂    | 週1回  | 木 14:00～         |                               |
| 4  | 白石 | 中清水集会所     | 週1回  | 木 10:00～         |                               |
| 5  |    | きたえる一む山口中央 | 週1回  | 水または木 10:00～     |                               |
| 6  | 湯田 | 一本松公民館     | 週1回  | 火 10:00～         |                               |
| 7  |    | コープ2階集会室   | 週1回  | 木 14:00～         |                               |
| 8  |    | 湯田地域交流センター | 週1回  | 金 10:00～         |                               |
| 9  |    | 隣保館        | 週1回  | 土(木) 13:30～      |                               |
| 10 | 小鯖 | 正田の館       | 週1回  | 月 13:00～         | 北東地域包括支援センター<br>☎083-941-6672 |
| 11 |    |            | 週1回  | 金 13:30～         |                               |
| 12 |    | 小鯖三本松町自治会館 | 週1回  | 水 13:00～         |                               |
| 13 |    | 小鯖11区公民館   | 週1回  | 土 13:30～         |                               |
| 14 |    | 小鯖3区公民館    | 週1回  | 土 10:00～         |                               |
| 15 |    | 上鯖山公民館     | 週1回  | 月 10:00～         |                               |
| 16 |    | 小鯖16区公会堂   | 週1回  | 木 13:30～         |                               |
| 17 |    | 小鯖15区公会堂   | 週1回  | 金 13:30～         |                               |
| 18 |    | 小鯖10区公民館   | 週1回  | 土 10:00～         |                               |
| 19 |    | 2区向山集会場    | 週1回  | 火 10:00～         |                               |
| 20 |    | 7区公民館      | 週1回  | 木 14:00～         |                               |
| 21 |    | 9区公民館      | 週1回  | 木 14:00～         |                               |
| 22 | 大内 | 氷上公民館      | 週1回  | 金 10:00～         |                               |
| 23 |    | 大内地域交流センター | 週1回  | 火 13:30～         |                               |
| 24 |    | 宮島町公民館     | 週1回  | 火 9:30～          |                               |
| 25 |    | 姫山台公民館     | 週1回  | 水 10:00～         |                               |
| 26 |    | 大内管内公民館    | 週1回  | 月 13:30～         |                               |
| 27 |    | 小京都集会所     | 月2回  | 木(第2.4)10:00～    |                               |
| 28 |    | 大内の館       | 週1回  | 水 10:00～         |                               |
| 29 |    | 宮ノ馬場公民館    | 週1回  | 木 10:00～         |                               |
| 30 |    | 下千坊公民館     | 週1回  | 水 10:00～         |                               |
| 31 |    | 下矢田公民館     | 週1回  | 木 10:00～         |                               |
| 32 |    | 中矢田公民館     | 週1回  | 火(第1.2.4週)10:00～ |                               |
| 33 |    | 問田公民館      | 週1回  | 水 9:30～          |                               |
| 34 |    | 高芝公民館      | 週1回  | 水 10:00～         |                               |
| 35 |    | 中村・上千坊地区   | 週1回  | 月 10:00～         |                               |
| 36 |    | 茅野神田公民館    | 週1回  | 月 9:30～          |                               |
| 37 |    | 御堀公民館      | 週1回  | 月 13:30～         |                               |
| 38 |    | 長野公民館      | 週1回  | 火 10:00～         |                               |
| 39 |    | 菅内団地ふれあい館  | 週1回  | 金 10:00～         |                               |
| 40 |    | 姫山団地内集会所   | 週1回  | 木 13:30～         |                               |

|     | 地域 | 場所                          | 開催頻度 | 実施曜日・時間        | 担当地域包括支援センター                        |
|-----|----|-----------------------------|------|----------------|-------------------------------------|
| 41  | 仁保 | 丸山公民館                       | 週1回  | 月 10:00～       | 北東第2<br>地域包括支援センター<br>☎083-929-1414 |
| 42  |    | 高松集会所                       | 週1回  | 水 13:30～       |                                     |
| 43  |    | 高畠公民館                       | 週1回  | 火 13:30～       |                                     |
| 44  |    | 高野公民館                       | 週1回  | 金 13:30～       |                                     |
| 45  |    | 土井東集会所                      | 週1回  | 月 14:30～       |                                     |
| 46  |    | 深野公民館                       | 週1回  | 火 13:30～       |                                     |
| 47  |    | 原河内集会所                      | 週1回  | 火 13:30～       |                                     |
| 48  |    | 仁保地域交流センター                  | 週1回  | 水 13:00～       |                                     |
| 49  |    | 深野団地集会所                     | 週1回  | 月 13:30～       |                                     |
| 50  | 宮野 | 石丸公会堂                       | 週1回  | 水 9:00～        |                                     |
| 51  |    | 宮野サニータウンホール                 | 週1回  | 火 10:00～       |                                     |
| 52  |    | 江良公会堂                       | 月1回  | 水 14:00～       |                                     |
| 53  |    | 宮野やすらぎの里<br>(宮野高齢者生きがいセンター) | 週2回  | 月・木 10:00～     |                                     |
| 54  |    | 宮野やすらぎの里<br>(宮野高齢者生きがいセンター) | 週1回  | 金 10:00～       |                                     |
| 55  |    | 宮野中央集会所                     | 週1回  | 水 13:30～       |                                     |
| 56  |    | 桜畠公民館                       | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |
| 57  |    | 河原公会堂                       | 週1回  | 水 13:00～       |                                     |
| 58  |    | 西恋路会館                       | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |
| 59  |    | 下恋路公会堂                      | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |
| 60  |    | 下折本公会堂                      | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |
| 61  |    | 大山路公会堂                      | 週1回  | 金 14:00～       |                                     |
| 62  |    | 上折本公会堂                      | 週1回  | 水 14:00～       |                                     |
| 63  |    | 熊坂集会所                       | 週1回  | 火 9:30～        |                                     |
| 64  |    | 七房団地集会所                     | 週1回  | 土 10:00～       |                                     |
| 65  | 吉敷 | 稲葉ふれあい会館                    | 週1回  | 金 9:30～        | 鴻南地域包括支援センター<br>☎083-934-3333       |
| 66  |    | 下東会館                        | 週1回  | 水 9:30～        |                                     |
| 67  |    | 佐畑ふれあいセンター                  | 週1回  | 月 10:00～       |                                     |
| 68  |    | 大橋町会館                       | 週1回  | 月 10:00～       |                                     |
| 69  |    | 上東公民館                       | 週1回  | 金 13:30～       |                                     |
| 70  |    | 緑ヶ丘公民館                      | 週1回  | 木 13:30～       |                                     |
| 71  |    | 中尾公民館                       | 週1回  | 水 9:00～        |                                     |
| 72  | 大歳 | ビューティケア山口かがやきサロン            | 週1回  | 火 10:00～       |                                     |
| 73  |    | 中矢原公会堂                      | 週1回  | 火 13:30～       |                                     |
| 74  |    | 交流列車おとし                     | 週1回  | 金 10:00～       |                                     |
| 75  |    | 大歳地域交流センター                  | 隔週1回 | 水(第1,3週) 9:00～ |                                     |
| 76  |    | 上矢原公会堂                      | 週1回  | 木 10:00～       |                                     |
| 77  |    | 今井下公会堂                      | 週1回  | 金 10:00～       |                                     |
| 78  | 平川 | 古曽中原公会堂                     | 月1回  | 水 13:30～       |                                     |
| 79  |    | 山口温泉ホーム                     | 週1回  | 木 14:30～       |                                     |
| 80  |    | 平川県住シルバーハウジング               | 週1回  | 月 10:00～       |                                     |
| 81  |    |                             | 週1回  | 木 10:00～       |                                     |
| 82  |    | 岡大塚公会堂                      | 週1回  | 火 10:00～       |                                     |
| 83  |    | 中野公会堂                       | 週1回  | 水 9:30～        |                                     |
| 84  |    | 平野公会堂                       | 週1回  | 火 13:30～       |                                     |
| 85  | 小郡 | 東津公民館                       | 週1回  | 月 10:00～       | 川西地域包括支援センター<br>☎083-976-5711       |
| 86  |    | 新町東公民館                      | 週1回  | 月 10:00～       |                                     |
| 87  |    | 蔵敷公民館                       | 週1回  | 木 10:00～       |                                     |
| 88  |    | 金堀公民館                       | 週1回  | 火 10:00～       |                                     |
| 89  |    | 小郡南集会所                      | 週1回  | 火 13:30～       |                                     |
| 90  |    | 尾崎町公民館                      | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |
| 91  |    | 日本キリスト教団小郡教会                | 週1回  | 水 12:30～       |                                     |
| 92  |    | 大正上自治会館                     | 週1回  | 火 10:00～       |                                     |
| 93  |    | 柳井田公民館                      | 週1回  | 金 9:30～        |                                     |
| 94  |    | 明西会館                        | 週1回  | 火 10:00～       |                                     |
| 95  |    | 明治北公民館                      | 週1回  | 月 10:00～       |                                     |
| 96  |    | 柏崎新開公民館                     | 週1回  | 木 10:00～       |                                     |
| 97  |    | 新町東下地区                      | 週1回  | 月 10:00～       |                                     |
| 98  |    | 山手下区公民館                     | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |
| 99  |    | ハートホーム小郡(矢足)                | 週1回  | 土 14:00～       |                                     |
| 100 |    | 中央通り公民館                     | 週1回  | 水 10:00～       |                                     |

|     | 地域   | 場所                          | 開催頻度 | 実施曜日・時間        | 担当地域包括支援センター                           |
|-----|------|-----------------------------|------|----------------|----------------------------------------|
| 101 | 嘉川   | 嘉川地域交流センター                  | 週1回  | 木 14:00～       | 川西第2<br>地域包括支援センター<br>☎0836-39-9012    |
| 102 |      | 大原公会堂                       | 週1回  | 水 16:00～       |                                        |
| 103 |      | 免地公民館                       | 週1回  | 木 9:30～        |                                        |
| 104 | 佐山   | 遠波公会堂                       | 週1回  | 金 14:00～       |                                        |
| 105 |      | 鳩岡自治会館                      | 週1回  | 金 10:00～       |                                        |
| 106 |      | 西条公民館                       | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 107 | 阿知須  | 沖の原公民館                      | 週1回  | 木 13:30～       |                                        |
| 108 |      | 縄田コミュニティセンター                | 週1回  | 火 9:00～        |                                        |
| 109 |      | 小山コミュニティセンター                | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 110 |      | 飛石公民館                       | 週1回  | 火 10:00～       |                                        |
| 111 |      | 東条公民館                       | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 112 |      | 西祝コミュニティセンター                | 週1回  | 木 10:00～       |                                        |
| 113 |      | 砂郷公民館                       | 週1回  | 火 10:00～       |                                        |
| 114 |      | 小古郷コミュニティセンター               | 週1回  | 火 10:00～       |                                        |
| 115 | 名田島  | いきいきやかた<br>(名田島高齢者生きがいセンター) | 週1回  | 火 9:30～        | 川東地域包括支援センター<br>☎083-986-2077          |
| 116 | 秋穂   | 中野公民館                       | 週1回  | 金 9:00～        |                                        |
| 117 |      | 山口市大海総合センター                 | 週1回  | 火 10:00～       |                                        |
| 118 |      | 宮之旦自治会館                     | 週1回  | 火 9:30～        |                                        |
| 119 |      | 日地公民館                       | 週1回  | 火 10:00～       |                                        |
| 120 |      | 黒潟北公民館                      | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 121 |      | 東天田公民館                      | 週1回  | 金 9:00～        |                                        |
| 122 |      | 浜内会館                        | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 123 | 秋穂二島 | 惣在所公会堂                      | 週1回  | 水 14:00～       |                                        |
| 124 |      | もやいの里<br>(秋穂二島高齢者生きがいセンター)  | 週1回  | 月 10:00～       |                                        |
| 125 |      | 仁光寺公会堂                      | 週1回  | 火 14:00～       |                                        |
| 126 |      | 南地区公民館                      | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 127 | 陶    | 陶地域交流センター                   | 週1回  | 金 13:30～       |                                        |
| 128 |      | 丸尾沖自治会館                     | 週1回  | 月 10:00～       |                                        |
| 129 |      | 陶いきがいセンター                   | 週1回  | 木 10:30～       |                                        |
| 130 | 鑄銭司  | 沖集落会館                       | 週1回  | 金 9:30～        |                                        |
| 131 |      | 河原地区会館                      | 週1回  | 水 9:30～        |                                        |
| 132 |      |                             | 週1回  | 金 9:30～        |                                        |
| 133 |      | 道ノ上会館                       | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 134 | 徳地   | あさぎりの館                      | 週1回  | 月 10:00～       | 基幹型地域包括支援センター<br>徳地分室<br>☎0835-52-0670 |
| 135 |      | 伊賀地ふれあいの館                   | 週1回  | 木 13:30～       |                                        |
| 136 |      | 関公会堂                        | 週1回  | 火 13:30～       |                                        |
| 137 |      | 徳地地域交流センター<br>島地分館          | 週1回  | 水 13:30～       |                                        |
| 138 |      | 徳地地域交流センター<br>柚野分館          | 週1回  | 水 13:00～       |                                        |
| 139 |      | 徳地地域交流センター<br>八坂分館          | 週1回  | 月 13:30～       |                                        |
| 140 |      | 蔵場公会堂                       | 週1回  | 水 13:30～       |                                        |
| 141 |      | 出雲ふれあいの館                    | 隔週1回 | 火 10:00～       |                                        |
| 142 |      | 上佐、庄方いこいの家                  | 週1回  | 火 9:30～        |                                        |
| 143 |      | 岸見研修センター                    | 週1回  | 火 14:00～       |                                        |
| 144 |      | 山畑多目的集会所                    | 週1回  | 水 9:30～        |                                        |
| 145 |      | 新田下公民館                      | 週1回  | 火 14:00～       |                                        |
| 146 |      | 柚野地域活性化センター                 | 週1回  | 木 10:00～       |                                        |
| 147 |      | 徳地地域交流センター<br>串分館           | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |
| 148 |      | 伏野公民館                       | 隔週1回 | 火 14:00～       |                                        |
| 149 |      | 下庄集会所                       | 週1回  | 木 14:00～       |                                        |
| 150 |      | 宮の前集会所                      | 週1回  | 金 13:30～       |                                        |
| 151 |      | 三谷交流センター                    | 隔週1回 | 金(第2.4週) 9:30～ |                                        |
| 152 |      | 小古祖ふれあい会館                   | 週1回  | 水 10:00～       |                                        |

|     | 地域 | 場所                 | 開催頻度 | 実施曜日・時間  | 担当地域包括支援センター                               |
|-----|----|--------------------|------|----------|--------------------------------------------|
| 153 | 阿東 | 阿東地域交流センター<br>生雲分館 | 週1回  | 月 9:30～  | 基幹型地域包括支援センター<br>阿東分室<br><br>☎083-956-0995 |
| 154 |    | 阿東地域交流センター<br>嘉年分館 | 週1回  | 木 14:30～ |                                            |
| 155 |    | 阿東保健センター           | 週1回  | 月 13:30～ |                                            |
| 156 |    | 上宇津根公会堂            | 週1回  | 火 14:00～ |                                            |
| 157 |    | 阿東地域交流センター         | 週1回  | 水 13:30～ |                                            |
| 158 |    |                    | 週1回  | 月 10:00～ |                                            |
| 159 |    | 阿東地域交流センター<br>篠生分館 | 週1回  | 木 9:30～  |                                            |
| 160 |    | 坂手集会所              | 週1回  | 土 10:00～ |                                            |
| 161 |    | 鷹の巣集会所             | 週1回  | 水 9:30～  |                                            |
| 162 |    | 渡川公会堂              | 週1回  | 水 9:00～  |                                            |