

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。

(2026年1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 ☎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		きたえるーむ山口中央	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階集会所	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 ☎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		大内菅内公民館	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 地域包括支援センター ☎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		仁保市公会堂	週1回	土 14:00～	
51	宮野	石丸公会堂	週1回	水 9:00～	
52		宮野サニータウンホール	週1回	火 10:00～	
53		江良公会堂	月1回	水 13:30～	
54		宮野やすらぎの里 (宮野高齢者生きがいセンター)	週2回	月・木 10:00～	
55		宮野やすらぎの里 (宮野高齢者生きがいセンター)	週1回	金 10:00～	
56		宮野中央集会所	週1回	水 13:30～	
57		桜畠公民館	週1回	水 10:00～	
58		河原公会堂	週1回	水 13:00～	
59		西恋路会館	週1回	水 10:00～	
60		下恋路公会堂	週1回	水 10:00～	
61		下折本公会堂	週1回	水 10:00～	
62		大山路公会堂	週1回	金 14:00～	
63		上折本公会堂	週1回	水 14:00～	
64		熊坂集会所	週1回	火 9:30～	
65		七房団地集会所	週1回	土 10:00～	
66	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 ☎083-934-3333
67		下東会館	週1回	水 9:30～	
68		佐畑ふれあいセンター	週1回	月 10:00～	
69		大橋町会館	週1回	月 10:00～	
70		上東公民館	週1回	金 13:30～	
71		緑ヶ丘公民館	週1回	木 13:30～	
72		中尾公民館	週1回	水 9:00～	
73	大歳	ビューティケア山口かがやきサロン	週1回	火 10:00～	
74		中矢原公会堂	週1回	火 13:30～	
75		交流列車おとし	週1回	金 10:00～	
76		大歳地域交流センター	隔週1回	水(第1.3週) 9:00～	
77		上矢原公会堂	週1回	木 10:00～	
78		今井下公会堂	週1回	金 10:00～	
79	平川	古曽中原公会堂	月1回	水 13:30～	
80		山口温泉ホーム	週1回	木 14:30～	
81		平川県住シルバーハウジング	週1回	月 10:00～	
82			週1回	木 10:00～	
83		岡大塚公会堂	週1回	火 10:00～	
84		中野公会堂	週1回	水 9:30～	
85		平野公会堂	週1回	火 13:30～	
86	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 ☎083-976-5711
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 地域包括支援センター ☎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	阿知須	西条公民館	週1回	水 10:00～	
107		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 (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 ☎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		花香北会館	週1回	火 10:00～	
124	秋穂二島	惣在所公会堂	週1回	水 14:00～	
125		もやいの里 (秋穂二島高齢者生きがいセンター)	週1回	月 10:00～	
126		仁光寺公会堂	週1回	火 14:00～	
127		南地区公民館	週1回	水 10:00～	
128	陶	陶地域交流センター	週1回	金 13:30～	
129		丸尾沖自治会館	週1回	月 10:00～	
130		陶いきがいセンター	週1回	木 10:30～	
131		沖集落会館	週1回	金 9:30～	
132	鑄銭司	河原地区会館	週1回	水 9:30～	
133			週1回	金 9:30～	
134		道ノ上会館	週1回	水 10:00～	
135		天神原会館	週1回	金 9:30～	
136	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 徳地分室 ☎0835-52-0670
137		伊賀地ふれあいの館	週1回	木 13:30～	
138		関公会堂	週1回	火 13:30～	
139		徳地地域交流センター 島地分館	週1回	水 13:30～	
140		徳地地域交流センター 柚野分館	週1回	水 13:00～	
141		徳地地域交流センター 八坂分館	週1回	月 13:30～	
142		蔵場公会堂	週1回	水 13:30～	
143		出雲ふれあいの館	隔週1回	火 10:00～	
144		上佐、庄方いこいの家	週1回	火 9:30～	
145		岸見研修センター	週1回	火 14:00～	
146		山畑多目的集会所	週1回	水 9:30～	
147		新田下公民館	週1回	火 14:00～	
148		柚野地域活性化センター	週1回	木 10:00～	
149		徳地地域交流センター 串分館	週1回	水 10:00～	
150		伏野公民館	隔週1回	火 14:00～	
151		下庄集会所	週1回	木 14:00～	
152		宮の前集会所	週1回	金 13:30～	
153		三谷交流センター	隔週1回	金(第2.4週) 9:30～	
154		小古祖ふれあい会館	週1回	水 10:00～	

155	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
156	阿東	阿東地域交流センター 生雲分館	週1回	月 9:30～	基幹型地域包括支援センター 阿東分室 ☎083-956-0995
157		阿東地域交流センター 嘉年分館	週1回	木 14:30～	
158		阿東保健センター	週1回	月 13:30～	
159		阿東地域交流センター	週1回	水 13:30～	
160			週1回	月 10:00～	
161		阿東地域交流センター 篠生分館	週1回	木 9:30～	
162		坂手集会所	週1回	土 10:00～	
163		鷹の巣集会所	週1回	水 9:30～	
164		渡川公会堂	週1回	水 9:00～	
165		領家公民館	週1回	金 8:30～	