

コミュニティカフェ・元気が出る体操教室に参加しませんか

令和7年10月1日時点

	<p>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>	<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。 ○期間:週1回・1時間半・12回コース(3か月間)モデル事業 ○内容:専門職による体操指導(4回)、看護師派遣(6回)・管理栄養士派遣(1回) ○貸し出し物品:筋力アップ用ボール、血圧計等 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、半年・年1回体操指導(フォローアップ)・年1回体力測定の実施を行います。 ※令和7年10月1日現在、自主運営の通いの場:コミュニティカフェ7か所/体操教室:43か所(休止2)</p>					
<p>三重</p>	<p>長者体操みえ 木曜日 13:30～ ひなたぼっこ</p>	<p>いきいき体操in菅生</p>	<p>浅水げんきクラブ</p>	<p>夢クラブ</p>	<p>深田フレンズ</p>	<p>あかい屋根健康クラブ</p>	<p>セーノ"ナカツムレ"</p>
		<p>木曜日 10:00～ 菅生公民館</p>	<p>火曜日 10:00～ 浅水公民館</p>	<p>月曜日 13:30～ 中の原公民館</p>	<p>月曜日 10:00～ 深田公民館</p>	<p>水曜日 9:00～ 赤い屋根の郷</p>	<p>木曜日 9:30～ 中津無礼公民館</p>
		<p>健康体操教室</p>	<p>肝煎1区わくわくスクール</p>	<p>向野げんきクラブ</p>	<p>川辺げんき会</p>	<p>又井体操の会</p>	<p>生き生きほっほの会</p>
		<p>木曜日(第1・3) 10:00 三重原公民館</p>	<p>木曜日 9:00～ 肝煎1区公民館</p>	<p>木曜日 13:30～ 向野公民館</p>	<p>月曜日(第1・3) 10:00～ 川辺公民館</p>	<p>月曜日 13:30～ 又井地区公民館</p>	<p>金曜日 13:30～ 鬼塚地区公民館</p>
		<p>肝煎二区スマイル教室</p>	<p>はつらつせきれい</p>	<p>成福体操教室</p>	<p>内田健康体操教室</p>	<p>さわやか体操教室</p>	
<p>木曜日 13:30～ 肝煎2区公民館</p>	<p>金曜日 9:00～ 上赤嶺二区公民館</p>	<p>金曜日 13:00～ 市場5区ふれあい広場</p>	<p>火曜日(第2・4) 9:30～ 内田地区公民館</p>	<p>水曜日 9:30～ 久知良二区公民館</p>			
<p>清川</p>	<p>はつらつ清川 火曜日 9:30～ 清川支所</p>	<p>平石であいの輪</p>	<p>元気な宇田枝</p>	<p>岩戸のびる会</p>	<p>清流体操教室</p>		
		<p>火曜日 14:30～ 柏野集落センター</p>	<p>火曜日 9:30～ 宇田枝公民館</p>	<p>月曜日 13:30～ 岩戸公民館</p>	<p>水曜日 13:30～ 中山地区公民館</p>		
<p>緒方</p>	<p>お元気広場—おがた 水曜日 9:30～ 緒方支所</p>	<p>下自在シニアクラブ</p>	<p>お元気広場はらじり</p>	<p>小田牧体操教室</p>	<p>上冬原すずらん体操クラブ</p>	<p>おいしい体操教室</p>	<p>のじり元気体操</p>
		<p>火曜日 10:00～ 下自在公民館</p>	<p>水曜日 10:00～ 原尻公民館</p>	<p>木曜日 9:30～ 小宛公民館</p>	<p>水曜日 9:30～ 上冬原公民館</p>	<p>木曜日(第2・4) 13:30～ 大石公民館</p>	<p>木曜日(第1・3) 9:30～ 野尻地区公民館</p>
<p>朝地</p>	<p>ふれあい広場 木曜日 9:30～ 朝地支所</p>	<p>はつする町体操教室</p>	<p>やすらぎ団地すずめの学校</p>	<p>あやめ会</p>	<p>揚地区体操教室</p>		
		<p>月曜日 8:30～ 町公民館</p>	<p>火・金曜日 14:00～ やすらぎ団地集会所</p>	<p>水曜日 14:00～ 親所公民館</p>	<p>水曜日 13:30～ 揚地区公民館</p>		



コミュニティカフェ・元気になる体操教室に参加しませんか

令和7年10月1日時点

	<p>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>	<p>専門職が地域に向いて3か月体操指導を行う教室を開催しています。 ○期間:週1回・1時間半・12回コース(3か月間)モデル事業 ○内容:専門職による体操指導(4回)、看護師派遣(6回)・管理栄養士派遣(1回) ○貸し出し物品:筋力アップ用ボール、血圧計等 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、半年・年1回体操指導(フォローアップ)・年1回体力測定の実施を行います。 ※令和7年10月1日現在、自主運営の通いの場:コミュニティカフェ7か所/体操教室:43か所(休止2)</p>					
<p>大野</p>	<p>健康づくり教室 月曜日 13:30～ 大野支所</p>	<p>田代げんきクラブ</p>	<p>さわやか茜クラブ</p>	<p>スマイル中道</p>	<p>藤北スマイル</p>	<p>日和の会</p>	
		<p>火曜日 9:30～ 川北公民館</p>	<p>火曜日 9:30～ 茜公民館</p>	<p>水曜日 9:30～ 中道公民館</p>	<p>水曜日 10:00～ 藤北公民館</p>	<p>金曜日 13:30～ 郡山地区公民館</p>	
		<p>酒井寺なかよしクラブ 月曜日 9:30～ 酒井寺公民館</p>	<p>庄屋おしゃべり会 月曜日 13:30～ 庄屋公民館</p>	<p>体操教室ビューティフルおおの 木曜日 10:00～ 大野公民館</p>	<p>100までクラブ 火曜日 9:30～ 大野公民館</p>	<p>駒鹿にっこり体操クラブ 水曜日 13:30～ 駒鹿公民館</p>	
		<p>千寿会 金曜日 9:30～ 千歳公民館</p>	<p>*千寿会は市全域から参加できます</p>				
<p>犬飼</p>	<p>よらんかえ～ どんこカフェ 金曜日 9:30～ 犬飼支所</p>	<p>ひまわり健康体操クラブ</p>	<p>ながたに歌ごえ体操教室</p>	<p>下町 礼輪会</p>			
		<p>月曜日 10:30～ 小福手公民館</p>	<p>火曜日 9:30～ 旧長谷幼稚園</p>	<p>火曜日 13:30～ 金光会館</p>			
						<p>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 0974-22-1049 (内線2181)</p>	