

地区	団体名	会場	開催状況	活動内容
出雲市 全域	足腰元気会	浜山体育館	月1回 木曜	体操・球技
今市	元楽会	出雲市保健センター	月2回 第2・4水曜	体操
今市	すこやか会	出雲市保健センター	月2回 第1・3水曜	体操・脳トレ
今市	ほのぼのクラブ	パークタウン集会所	月4回 月曜	体操
今市	一の谷すこやか体操教室	一の谷団地集会所	月4回 水曜	体操
今市	今市さくら教室	出雲市保健センター	月4回 月曜	体操
今市	おひさまクラブ	出雲医療生協在宅支援センター	月4回 水曜	体操
大津	おおつ健康サークル	大津コミュニティセンター	月4回 火・水・木曜	体操
大津	大津いきいきUP!の会	大津コミュニティセンター	月4回 月曜	体操
塩治	おたっしや体操いきいき会	塩治コミュニティセンター	月2回 第1・3火曜	体操
塩治	健康体操教室	弓原集会所	月1回 第2火曜	体操
塩治	えんや健康サークル	塩治コミュニティセンター	月2回 水曜	体操
塩治	塩治いきいきUP健康教室	塩治コミュニティセンター	月2回 木曜	体操
高松	高松お達者クラブ	高松コミュニティセンター	月2回 第2・4火曜	体操
高松	松寄下西まいまいクラブ	八幡第一会館	月4回 月曜	体操
高松	高松いきいき健康サークル	高松コミュニティセンター	月2回 第1・3水曜	体操・茶話会
高松	まいまい運動白枝公会堂グループ	白枝公会堂	週2回 月・木曜	体操
四絡	大塚まめなか体操会	大塚町生活改善センター	月2回 1日・15日	体操・茶話会
四絡	姫原元気会	姫原集会所	月2回 第2・4月曜	体操・お茶会(新年1回)
四絡	脳いきいき体操	四絡コミュニティセンター	月1回 第4木曜	体操・茶話会・ボイストレーニング
四絡	四絡楽笑健康トレーニング	四絡コミュニティセンター	月4回 木曜	体操
高浜	北のはなみずき	交流館きたのさと	月4回 水曜	体操
川跡	たんぼぼの会	川跡コミュニティセンター	月4回 火曜	体操・茶話会
川跡	武志健康クラブ	北神立会館	月4回 火曜	体操
上津	上津つばきの会	上津コミュニティセンター	月2回 火曜	体操
稗原	生き生き体操会	宇那手上自治会館	月4～5回 火曜	体操
朝山	番茶会	朝山コミュニティセンター	月1回 中旬(不定期)	茶話会
朝山	この指とまれ体操クラブ	南部ふるさとセンター	月1回 第3金曜	体操・茶話会
朝山	知谷なかよし会	知谷公民館	月1回 第4月曜	体操・茶話会
朝山	堂原・須原体操教室	堂原公会堂	月4回 木曜	体操
朝山	男塾健康大学	朝山コミュニティセンター	月1回 不定期	軽スポーツ・食事会
神門	神西・神門なかよし会	西部高齢者健康交流館	月2回 第2・4月曜	体操
神門	神門水よう会健康教室	神門コミュニティセンター	月1回 第1水曜	体操・茶話会・認知症予防
神門	西部バランス教室	西部高齢者健康交流館	月1回 第1土曜	体操・茶話会
神西	神西活性化教室	神西コミュニティセンター	月2回 水曜	体操
長浜	長浜ほのぼの会	長浜コミュニティセンター	月2回 第1・3金曜	体操・茶話会
平田	ひらた水曜会	ひらた健康福祉センター	月2回 水曜	体操・食事会(年1回)
平田	体操クラブ コスモス会	平田健康福祉センター	月2回 第1・3木曜	体操・食事会(年2回)
平田	レインボーヘルスの会	ひらた健康福祉センター	月3回 第1・2・4火曜	体操
平田	さくら会	ひらた健康福祉センター	月2回 第2・4月曜	体操
平田	楽しく健康を創る会「ひまわり教室」	平田青少年ホーム5F	月2～3回 第1・3・5月	体操
鰐淵	せせらぎ会	鰐淵コミュニティセンター	月2回 木曜	体操
北浜	KHT(北浜はつらつ健康教室)	北浜コミュニティセンター	月2回 第1・3金曜	体操
佐香	三津悠遊会体操クラブ	悠遊館	月4回 木曜	体操・茶話会・合唱
佐香	小伊津いこいの会	小伊津自治会館	月2回 火曜	体操
佐香	庄部お話し会	庄部公民館	月1回 日曜	体操・茶話会
伊野	ひまわりの会	伊野コミュニティセンター	月1回 水曜	体操
佐田	わかたけ会	須佐コミュニティセンター	月1回 第3月曜	体操・脳トレ
佐田	大呂いきいきクラブ	大呂交流センター	月2回 木曜	体操・脳トレ

佐田	えがお グループ	下佐津目公民館	月4回 火曜	体操・茶話会・その他
多伎	たき健トレクラブ	多伎コミュニティセンター	月2回 第1・3火曜	体操・脳トレ
大社	令和会	川向公民館	月4回 金曜	体操
大社	すこやか会	鎌代公会堂	月2回 第1・3金曜	体操
大社	杵築健康クラブ	大社体育館	月4～5回 木曜	体操・ウォーキング・軽スポーツ等
大社	上北南2区 すみれ会	上北南公会堂	月2回 第1・3月曜	体操
大社	いきいき体操荒木	荒木サポートセンター	月4回 火曜	体操
大社	直江シャンシャンクラブ	直江コミュニティセンター	月3回 月曜	体操・その他
斐川	伊波野さくらの会	伊波野コミュニティセンター	月4回 金曜	体操
斐川	木のおもちゃ作りクラブ	まめながー番館	月1回 第2金曜	木のおもちゃ作り
斐川	一歩一歩の会	荘原コミュニティセンター	月2回 金曜	体操

※団体によっては、参加要件がある場合があります。

※直接、会場先に電話をしないでください。

お問い合わせ 医療介護連携課 21-6106