

平野区 つどいの場MAP 百歳体操 編

お問い合わせ

TEL 06-6795-2525

平野区ささえ愛支援員 生活支援コーディネーター
令和6年3月発行

Ver.5

区内23地域では、各地域の特色にあわせて、気軽に参加でき、交流できる場所として、さまざまな“つどいの場(サロン活動)”を開催されています。このマップでは、地域のつどいの場の一部を紹介しておりますので、「参加してみたい!」「どんなところ?」「他にもある?」など気になることがありましたら、平野区社会福祉協議会までお問合せください。

「いきいき百歳体操」は

手首足首におもりをつけ、DVDを観ながらゆっくりと手足を動かす筋力づくり運動です。特に足腰の筋力を強化します。体操をきっかけに近所に知り合いが増えることで、地域のつながりが強くなり、見守りや助け合いの活動につながるなど、地域コミュニティの活性化にもなります。ささえ愛支援員は平野区保健福祉センターとともに「百歳体操」の取組みを応援しています。まずはぜひ見学してみてください。

⑩ 元町いきいきクラブ

⑧ 優しい時間

⑦ 元気100

⑥ ひらのすまいる

⑨ おはよう百歳体操

⑪ そやんな百歳体操

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

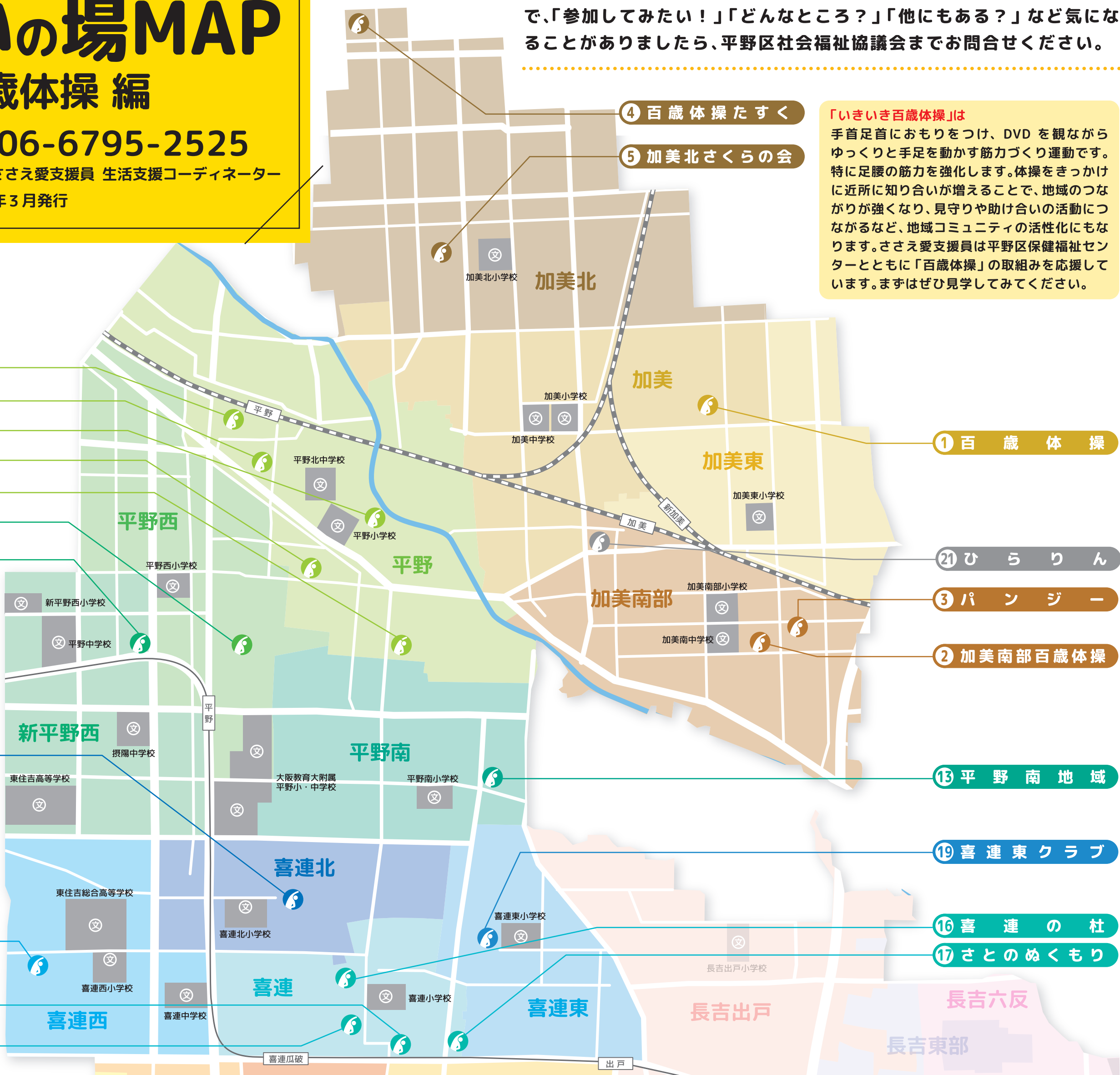
⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西

⑫ 新平野西



① 百歳体操

② 加美南部百歳体操

③ パンジー

④ 加美北さくらの会

⑤ 加美北さくらの会

⑥ ひらのすまいる

⑦ 元気100

⑧ 優しい時間

⑨ おはよう百歳体操

⑩ 元町いきいきクラブ

⑪ そやんな百歳体操

⑫ 新平野西

⑬ 平野南地域

⑭ お達者クラブ

⑮ 喜連喜友クラブ

⑯ 喜連の杜

⑰ さとのめくもり

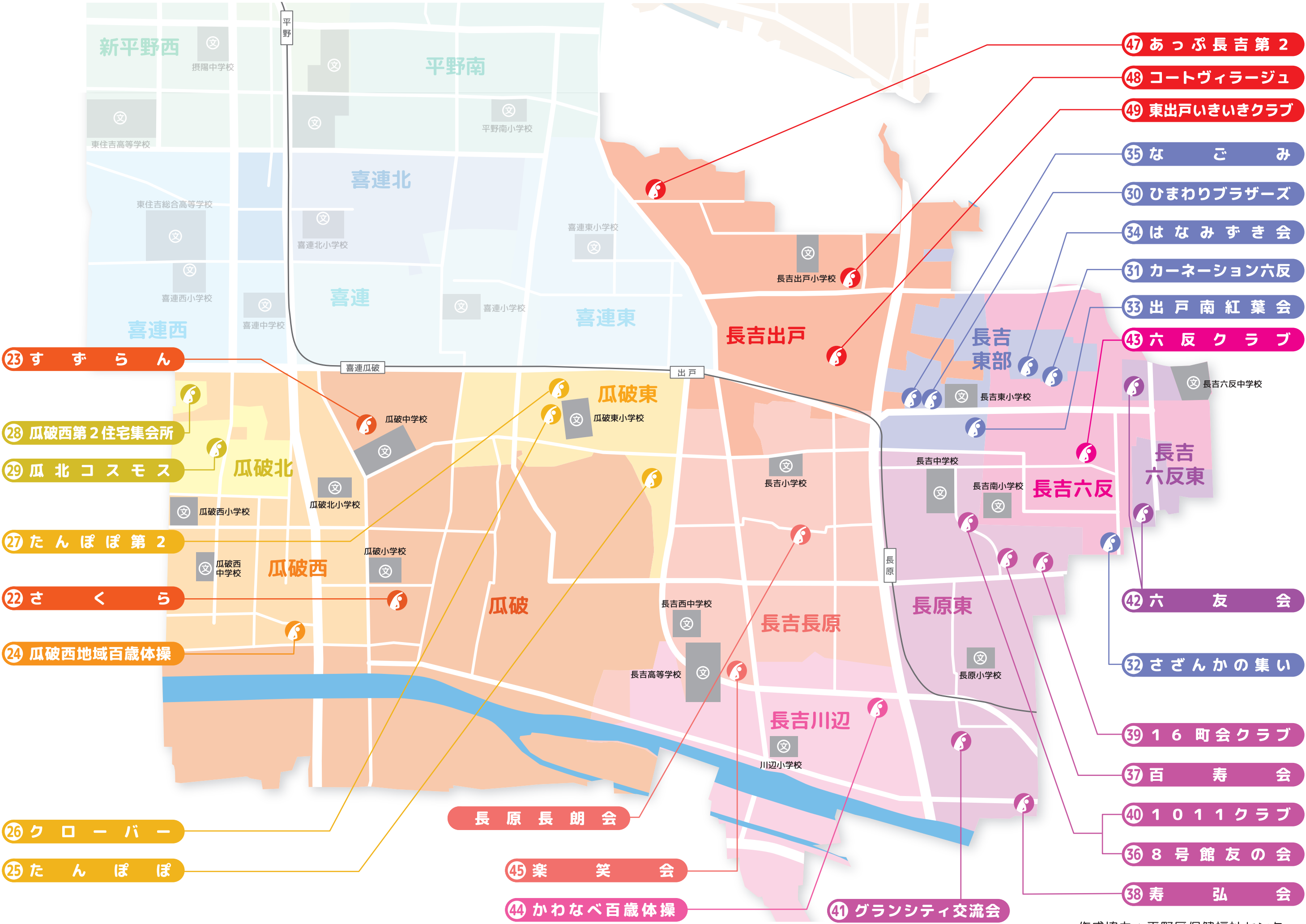
⑱ 喜連東クラブ

⑲ 喜連東クラブ

⑳ 喜連北地域

㉑ ひらりん

地域名	番号	名称	定例日	時間	場所	住所	他地域からの参加可否
加美	①	百歳体操	第1・3水 第2・4金	13:00 13:30	加美老人憩の家	加美東2-9-3	可
加美南部	②	加美南部百歳体操	第3・4水	11:00	鞍作公園集会所	加美南1-11-20	可
加美南部	③	パンジー	金	13:30	平野加美グランドハイツ2号棟集会所	加美南2-5-2	不可
加美北	④	百歳体操たすく	土	10:00	南翼リハビリデイサービスたすく	加美北1-1-11	可
加美北	⑤	加美北さくらの会	月	10:00	地域交流センター	加美北7-1-30	可
平野	⑥	ひらのすまいる	第2・4月	10:00	平野連合会館	平野上町2-5-22	不可
平野	⑦	元気100	第1・3・5土	10:00	平野老人憩の家	平野宮町2-2-24	可
平野	⑧	優しい時間	水	14:00	藤和ハイタウン平野駅前マンション集会場	平野元町8-15	不可
平野	⑨	おはよう百歳体操	第2・4土	8:30	みかづきデイサービス内	平野東2-2-29	可
平野	⑩	元町いきいきクラブ	第1・3月	13:30	元町センター	平野元町1-16	可 (要相談)
平野西	⑪	そやんな百歳体操	第2・第4水	10:00	平野西会館	平野本町1丁目10-12	可 (要相談)
新平野西	⑫	新平野西	第2・4金	13:30	新平野西コミュニティ会館	背戸口3-3-12	不可 (要相談)
平野南	⑬	平野南地域	金	①13:30 ②14:30	平野南会館1階	平野南3-11-53	不可
喜連	⑭	お達者クラブ	金	13:00	喜連住宅3棟集会所	喜連7-4	不可
喜連	⑮	喜連喜友クラブ	月	9:00	喜連第2住宅集会所	喜連4-10-1	可
喜連	⑯	喜連の杜	水	13:30	特別養護老人ホーム喜連の杜	喜連4-6-19	不可
喜連	⑰	さとのめくもり	水	14:00	(株) さとのめくもり	喜連東3-5-65	可
喜連西	⑱	喜連西地域	第1・3金	13:30	喜連西老人憩の家	喜連西3-3-6	可
喜連東	⑲	喜連東クラブ	第2・4月	15:00	喜連東小学校(多目的教室)	喜連東2-2-17	可
喜連北	⑳	喜連北地域	火	13:30	喜連北老人憩の家	喜連1-8-18	不可
	㉑	ひらりん(平野区老人福祉センター)	火	①10:00 ②11:00	老人福祉センター ひらりん	加美鞍作1-2-26	可



作成協力：平野区保健福祉センター

地域名	番号	名称	定例日	時間	場所	住所	他地域からの参加可否
瓜破	22	さくら	第2・4火	14:00	瓜破老人憩の家	瓜破7-2-7	不可
瓜破	23	すずらん	月	10:00	瓜破2丁目住宅集会所	瓜破2-4	不可
瓜破西	24	瓜破西地域百歳体操	火 (第5はなし)	①13:30 ②14:15	瓜破西老人憩の家	瓜破6-2-6	不可
瓜破東	25	たんぽぽ	水 (第5はなし)	13:30	瓜破東老人憩の家	瓜破東4-5-69	可
瓜破東	26	クローバー	水	13:30	瓜破東第3住宅3号館集会所	瓜破東2-2-3	可
瓜破東	27	たんぽぽ第2	土	13:30	瓜破東2丁目集会所	瓜破東2-4-1	可
瓜破北	28	瓜破西第2住宅集会所	月 (第5はなし)	①14:00 ②15:00	瓜破西第2住宅集会所	瓜破西1-1-3	可
瓜破北	29	瓜北コスモス	水 (第5はなし)	10:30	瓜破北連合町会集会所	瓜破西1-5-25	可
長吉東部	30	ひまわりブラザーズ	月	13:30	長吉出戸南第1住宅1町会集会所	長吉出戸8-10-1	不可
長吉東部	31	カーネーション六反	月	13:30	長吉六反住宅2号館集会所	長吉六反1-11-2	不可
長吉東部	32	さざんかの集い	第2・4火	13:30	長吉東部憩の家	長吉六反5-10-19	可
長吉東部	33	出戸南 紅葉会	水	14:00	長吉出戸南第1住宅4号館集会所	長吉出戸8-11-4	不可 (要相談)
長吉東部	34	はなみずき会	月・金	13:30	長吉六反第1住宅集会所	長吉六反1-11	不可
長吉東部	35	なごみ	第1・2月	13:30	出戸南第1住宅第2・3号集会所	長吉出戸8-3	不可
長原東	36	8号館 友の会	第2木	13:00	長吉長原東住宅8号館集会所	長吉長原東1-11-8	可
長原東	37	百寿会	月	13:30	長吉長原東第2住宅13号館集会所	長吉長原東2-7-13	不可
長原東	38	寿弘会 (コトヒロカイ)	水	13:00	長吉川辺東住宅集会所	長吉川辺3-21-1	可
長原東	39	16町会クラブ	火	13:30	長原東住宅16号館集会所	長吉六反3-11-16	不可
長原東	40	1011クラブ	第2・4水	①13:00 ②14:00	長吉長原東住宅10・11号館共同集会所	長吉長原東1-11-25	可
長原東	41	グランシティ交流会	第2・4金	10:00	グランシティ内集会所	長吉川辺3-9-10 グランシティ	不可
長吉六反東	42	六友会	水	13:30	隔週で場所変更 ①六反東第1住宅東集会所 ②六反北住宅集会所	①長吉六反5-1-7 ②長吉六反4-5	不可
長吉六反	43	六反クラブ	第2・4水	13:30 13:00	六反会館	長吉六反2-10-15	可
長吉川辺	44	かななべ百歳体操	第2金	14:00	川辺会館	長吉川辺2丁目1-20	可
長吉長原	45	楽笑会	木	13:00	長吉長原西第6住宅集会所	長吉長原西3-10-6	可 (要相談)
長吉長原	46	長原長朗会	水・日	10:00	長吉長原老人憩いの家	長吉長原3-9-10	不可
長吉出戸	47	あっぱ長吉第2	水	10:00	長吉第2住宅集会所	長吉出戸1-5-6	可
長吉出戸	48	コートヴィラージュ	木	9:00	コートヴィラージュ平野集会所	長吉出戸3-2-45	不可
長吉出戸	49	東出戸いきいきクラブ	土	10:00	東出戸会館	長吉出戸6-8-17	可