

栗東市いきいき百歳体操 実施場所一覧 （栗東西中学校区）

実施情報は変更の場合があります。 お問い合わせ：栗東市長寿福祉課 地域支援係 TEL551-0198 FAX551-0548

小学校区	団体名 実施場所	住 所	曜 日	時 間	参加条件 (基本自治会員 それ以外 の条件)	参加料	かみかみ 百歳体操	ビワテク QRコード 参加団体	備 考 (いき百以外の体操追加実施や注意事項など)
治 田 西	下鉤糠田井えのきの会 糠田井公民館	下鉤 520-2	土曜日	10 時 00 分～					
	小柿 1 区ふれあいサロン コミセン治田西	小柿 5 丁目 1 番 8 号	水曜日	13 時 30 分～					
	中沢団地 中沢団地集会所	中沢 2 丁目 7-32	火曜日	10 時 00 分～			○		
	下鉤乙自治会いきいき百歳体操同好会 下鉤乙(蓮台寺)公民館	下鉤 785	水曜日	10 時 00 分～				○	・新聞ロールを使ったストレッチ ・笑いが一番・長生き(長息)呼吸法
	小柿いきいき体操 コミセン治田西	小柿 5 丁目 1 番 8 号	基本火曜日 金曜日	10 時 00 分～ 10 時 00 分～				○	
	湖南平きままクラブ 湖南平自治会館	下鉤 1195-21	火曜日	10 時 30 分～					
	下鉤甲自治会 下鉤甲自治会館	下鉤 383-1	金曜日	13 時 15 分～			○		
	北浦サロン会 北浦団地自治会館	下鉤 1237-25	金曜日	10 時 00 分～					
	中沢サロン会 中沢公民館	中沢3丁目 5-25	金曜日	10 時 00 分～					
大 宝 東	総東・総南いきいき百歳体操 総東・南自治ハウス	総 2 丁目 1-36	木曜日	10 時 00 分～	総東・シニアクラブ会員のみ 総南・自治会員		○		
	蜂屋いきいき体操 蜂屋公民館	蜂屋 205	水曜日	9 時 30 分～			○		
	コミセン大宝東百歳体操クラブ コミセン大宝東	総 2 丁目 4 番 5 号栗東駅前 ウイングプラザ 3 階	水曜日	10 時 00 分～	市内だれでも参加可		○	○	新規に入る場合は代表者に地域支援係から連絡させて いただくこともできます。
	ウイングビュー マンション内カルチャールーム	総 2 丁目 2-34	月曜日	10 時 00 分～			○		

大 宝 東	野尻きらめき体操 野尻集会所	野尻 391－3	金曜日	9 時 30 分～			○		
	野尻わくわく健康クラブ シルバーハウス栗東	野尻 121－2	火曜日	9 時 30 分～	だれでも参加可		○		
	グレースィ栗東デュオ マンション内集会室	縋 2 丁目 5－4	月曜日	10 時 00 分～					
大 宝	パワーアップ西浦 西浦自治会館	縋 8 丁目 14－18	水曜日	10 時 00 分～	西浦自治会以外の人も 参加可				
	縋わくわく健康クラブ シルバーハウス大宝	縋 8 丁目 19－31	月曜日	9 時 30 分～	だれでも参加可	1 ヶ月 200円			お口の体操実施
	笠の会 笠川・市川原集会所	笠川 1-2	火曜日 木曜日	10 時 00 分～ 13 時 30 分～			○		
	ひまわりの会 大宝団地自治会館	縋 10 丁目 7－14	木曜日	9 時 or 14 時～ 変則	第 1・第 4・第 5 木曜日は、 ひまわりの会以外の人も参 加可		○		
	円田団地 円田団地集会所	縋 10 丁目 6－4	木曜日	10 時 00 分～					
	北中小路 北中小路集会所	北中小路 24-2	火曜日	10 時 00 分～			○		
	縋北出 縋自治会館（縋会議所）	縋 7 丁目 7-7	火曜日	9 時 30 分～			○		
	縋花園	縋 6 丁目 9-2	木曜日	9 時 30 分～					
大 宝 西	きらきら星 コミセン大宝西	霊仙寺 4 丁目 2 番 63 号	月曜日	10 時 00 分～	市内だれでも参加可		○		新規に入る場合は代表者に地域支援係から連絡させて いただくこともできます。
	霊仙寺いきいき百歳体操同 好会 霊仙寺自治会館	霊仙寺 6 丁目 3-4	水曜日	10 時 00 分～	霊仙寺老人クラブ霊友会会 員				当日が祭日、休日は家族の日として休み

大 宝 西	サロン東小平井 小平井集会場	小平井 1 丁目 4-1	木曜日	13 時 30 分～			○		
	明日香 明日香自治会館	十里 50-46.47	火・土曜日	10 時 00 分～			○		
	霊仙寺住宅キラキラクラブ 霊仙寺住宅集会所	霊仙寺 4 丁目 10-33	木曜日	14 時 00 分～					
	小平井 2 区サロン会 小平井 2 区集会所	小平井 2 丁目 17-23	火曜日	14 時 00 分～	小平井 2 区自治会員				
	小平井五区 小平井五区自治会館	小平井 4 丁目 1-33	火曜日	13 時 30 分～			○		
	小平井一区 小平井会館	小平井 3 丁目 5-18	水曜日	13 時 30 分～			○		