

岩代地域 通いの場の紹介



①長折やすらぎ会100才体操

◇活動日 毎週金曜日 9:30～
◇場所 長折老人憩いの家
100才体操の他、ヒモエクササイズや卓球バレーなどを行っています。



②タンポポクラブ

◇活動日 毎週火曜日 13:30～
◇場所 地蔵尊休憩所
100才体操終了後、メンバーで輪になってオリジナル体操を行っています。



③西勝田東部

◇活動日 毎週土曜日 9:00～
◇場所 西勝田東部ふれあいセンター
100才体操の他、以前はグランドゴルフも行っていました。



④れいわクラブ

◇活動日 毎週火曜日 13:30～15:00
◇場所 西勝田西部会館
100才体操の他、月1回ボッチャや輪投げを行い、楽しく運動しています。



⑤いきいき100才体操成田

◇活動日 毎週土曜日 9:00～
◇場所 成田生活感
100才体操の他、ハンドクラップダンスを楽しく行っています。



⑥ほっとサロン

◇活動日 第3日曜日 13:30～15:00
◇場所 六角はつらつセンター
100才体操やほんとの空体操を行い、会話をすることで楽しみにもつながっています。

⑦大杉クラブ

◇活動日 第1.3土曜日 10:00～11:30
◇場所 岩代児童館
100才体操やほんとの空体操を行い、交流を図る事で心身共に健康維持に努めています。



⑧げんきかい

◇活動日 毎週木曜日 13:30～15:00
◇場所 杉山啓一郎様宅（百目木地区）
様々な体操を組合わせて行っています。30分間の会話も元気の源です。



⑨白寿会いきいき100才体操

◇活動日 毎週水曜日 10:00～
◇場所 田沢集会所
100才体操の他、いきいき改善体操やさびつき防止体操も行っています。



⑩鳥居町100才体操

◇活動日 毎週木曜日 10:00～
◇場所 鳥居町公会堂
少人数で会話を楽しみながら100才体操を行い、健康維持に努めています。

