

草津小学校区

2024年1月現在

おでかけマップ

おでかけマップ
QRコード



広島市庚午地域包括支援センター
TEL : 507-1210

番号	名称	日時	場所	番号	名称	日時	場所
①	かもめ体操	毎週月10:00~	草津診療所	⑬	楽カフェ	第3水10:30~	サンパレス 集会室
②	おれんじカフェひまわり	第3木10:00~	草津公民館1階 研修室1	⑭	スマイル373	毎週火13:30~	サンパレス 集会室
③	さわやか体操	毎週金1部 9:30~ 2部 10:30~	草津東集会所	⑮	わくわくサロン	第2水10:00~	誠和コーポ草津 集会室
④	ラジオ体操	月~金 6:30~	浄教寺	⑯	笑いヨガ	第4火10:30~	楽々屋 草津店
⑤	サロン「クラブ本町」	第2・4木13:30~	草津本町集会所	⑰	いいききサロン 「1人暮らしの集い」	年2回6月・11月	
⑥	本町健康体操	毎週水13:30~		⑱	草々げんき会	毎週金13:30~	
⑦	本町折り紙教室	第3木13:00~		⑲	けんこう麻雀 サロン373	毎週水13:00~	
⑧	笑いヨガ	第4火10:30~	西部埋立 第8公園	⑳	いこいの家百歳体操	毎週月9:30~	
⑨	ノルディック ウォーキング	第2火10:00~		㉑	浜町100歳会	毎週木14:00~	草津浜町集会所
⑩	イントレ（失禁体操）	第1・3火10:30~		㉒	草津新町1丁目 ノーサイドウォーキング クラブ(老人会)	毎週金9:30~	行先による
⑪	トールペイント教室	第4日13:30~		㉓	バラ色クラブ	毎週木13:00~	草津新町1丁目 集会所
⑫	楽ちゃん百歳体操	毎週月13:30~	㉔	草津新町1丁目 体操クラブ	毎週火13:30~		
⑬	楽カフェ	第3水10:30~	楽々屋 草津店	㉕	みんなで健康づくり	毎週水10:00~	庚午南集会所
⑭	スマイル373	毎週火13:30~		㉖	かのえフレンド	第3水10:00~	
⑮	わくわくサロン	第2水10:00~		㉗	庚午南サロンはなみずき	第2月10:00~	
⑯	笑いヨガ	第4火10:30~	西部埋立 第8公園	㉘	庚午南あすなろクラブ (健康体操)	毎週木10:00~	庚午南集会所
⑰	いいききサロン 「1人暮らしの集い」	年2回6月・11月		㉙	庚南ラジオ体操班	毎週水13:00~	
⑱	草々げんき会	毎週金13:30~		㉚	いいききサロンそよ風	毎週金10:00~	庚午南住宅 集会所
⑲	けんこう麻雀 サロン373	毎週水13:00~	西部埋立 第8公園	㉛	広島西グランドゴルフ	毎週火・金9:00~	西区スポーツ センター
⑳	いこいの家百歳体操	毎週月9:30~		㉜	草津公園		
㉑	浜町100歳会	毎週木14:00~	草津公園				
㉒	草津新町1丁目 ノーサイドウォーキング クラブ(老人会)	毎週金9:30~	草津公園				
㉓	バラ色クラブ	毎週木13:00~	草津公園				
㉔	草津新町1丁目 体操クラブ	毎週火13:30~	草津公園				
㉕	みんなで健康づくり	毎週水10:00~	草津公園				
㉖	かのえフレンド	第3水10:00~	草津公園				
㉗	庚午南サロンはなみずき	第2月10:00~	草津公園				
㉘	庚午南あすなろクラブ (健康体操)	毎週木10:00~	草津公園				
㉙	庚南ラジオ体操班	毎週水13:00~	草津公園				
㉚	いいききサロンそよ風	毎週金10:00~	草津公園				
㉛	広島西グランドゴルフ	毎週火・金9:00~	草津公園				

※状況により日時等の変更がある場合があります。

町名	番号	名称	場所	曜日	時間	会費	内容	町名	番号	名称	場所	曜日	時間	会費	内容
草津東	①	かもめ体操	草津診療所 (草津東1-11-43)	毎週月曜	10:00~11:00	無料	いきいき百歳体操	草津南	⑩	ラジオ体操	西部埋立 第8公園 (草津南1-16)	毎朝	6:30~	無料	ラジオ体操
	②	おれんじカフェ ひまわり	草津公民館 1階 研修室1 (草津東2-20-7)	第3木曜	10:00~11:30	1回100円	認知症カフェ		⑪	いきいきサロン 「1人暮らしの集い」	漁民会館 (草津南1-16-29)	年2回 (6月・11月)	11:00~13:00	1回300円	昼食会 ゲーム
	③	さわやか体操	草津東 集会所 (草津東2-20-7)	毎週金曜	1部 9:30~10:15 2部 10:30~11:15	偶数月 100円	いきいき百歳体操 県民体操		⑫	草々げんき会		毎週金曜	13:30~15:00	月100円	いきいき百歳体操
草津本町	④	ラジオ体操	浄教寺 (草津本町1-22)	月~金 毎朝	6:30~	無料	ラジオ体操	⑬	けんこう麻雀 サロン373	草津老人 いきいの家 (草津南1-16-8)	毎週水曜	13:00~	入会金1,500円 1回200円	麻雀 ※コロナ感染状況 により開催回数変 更有	
	⑤	サロン 「クラブ本町」	草津本町 集会所 (草津本町25-3)	第2・4 木曜	13:30~16:00	月200円	カラオケ	⑭	いきいの家 百歳体操		毎週月曜	9:30~10:30	無料	いきいき百歳体操	
	⑥	本町健康体操		毎週水曜	13:30~15:00	無料	いきいき百歳体操 ラジオ体操	⑮	浜町100歳会	草津浜町 集会所 (草津浜町16-7)	毎週木曜	14:00~15:30	月100円	いきいき百歳体操	
	⑦	本町折り紙教室		第3木曜	13:00~15:00	1回100円	折り紙	⑯	草津新町1丁目 ノーサイド ウォーキング クラブ(老人会)	行先による	毎週金曜	9:30~11:30	無料	ウォーキング	
草津南	⑧	笑いヨガ	楽々屋 草津店 (草津南2-6-10)	第4火曜	10:30~	無料	笑いヨガ	⑰	バラ色クラブ	草津新町 1丁目 集会所 (草津新町1-7-11)	毎週木曜	13:00~15:00	1回1,000 円	いきいき百歳体操 講師による体操 料理教室	
	⑨	ノルディック ウォーキング		第2火曜	10:30~11:30	無料	ノルディック ウォーキング	⑱	草津新町1丁目 体操クラブ	毎週火曜	13:30~15:30	月3,000円	体操		
	⑩	イントレ (失禁体操)		第1・3 火曜	10:30~	1回500円	コアトレ	⑲	みんなで 健康づくり	庚午南 集会所 (庚午南2-28-11)	毎週水曜	10:00~11:30	1回200円	ストレッチ	
	⑪	トールペイント教室		第4日曜	13:30~15:00	1回1500円	トールペイント	⑳	かのえフレンド		第3水曜	10:00~11:30	1回100円	ラジオ体操 ストレッチ 笑いヨガなど	
	⑫	楽ちゃん百歳体操		毎週月曜	13:30~14:30	無料	いきいき百歳体操 第3はトランポなど	㉑	庚午南サロン はなみずき		第2月曜	10:00~11:30	1回100円	遊び、悩み相談 健康相談	
	⑬	楽カフェ		第3水曜	10:30~11:30	無料	イベント、カフェ	㉒	庚午南あすなろ クラブ (健康体操)		毎週木曜	10:00~11:00	無料	いきいき百歳体操	
	⑭	スマイル373		サンパレス 草津集会室 (草津南2-3-12)	毎週火曜	13:30~14:30	無料	いきいき百歳体操	㉓	庚南 ラジオ体操班	庚南会館 (庚午南1-35)	毎週水曜	10:00~11:30	無料	健康遊び
	⑮	わくわくサロン		誠和コーポ 草津集会所 (草津南3-4-9)	第2水曜	10:00~12:00	1回100円	体操、歌 工作等	㉔	いきいきサロン そよ風	庚午南住宅 集会室 (庚午南1-26-26)	毎週金曜	10:00~11:30	無料	いきいき百歳体操
									㉕	広島西 グランドゴルフ	西区スポーツ センター (庚午南2-41-1)	毎週火曜 金曜	9:00~11:00	年1,000円	グランドゴルフ