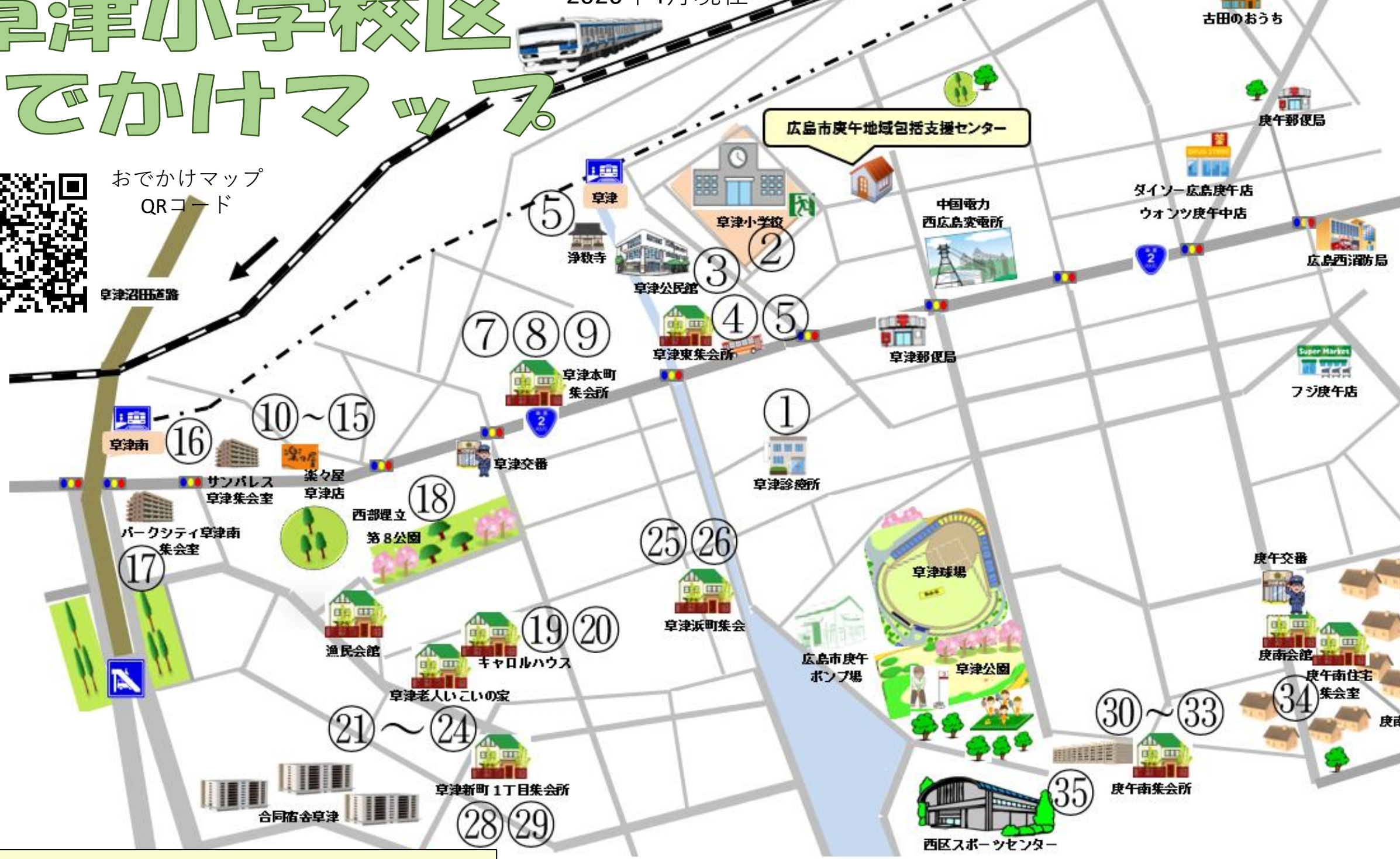


草津小学校区 おでかけマップ

2026年4月現在



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 いきいき百歳体操	毎週月10:00~	草津診療所	⑱	ラジオ体操	毎朝6:30~	西部埋立第8公園
②	草津グランドゴルフ同好会	毎週金19:00~	草津小学校 グランド	⑲	こども食堂 キャロルハウス	第3火17:00~ 第3土11:00~	キャロルハウス
③	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	⑳	わくわくサロン	第3木10:00~	
④	さわやか体操 いきいき百歳体操	毎週金1部 9:00~ 2部 10:00~	草津東集会所	㉑	いこいの家百歳体操 いきいき百歳体操	毎週月9:30~	草津 老人いこいの家
⑤	さわやかクラブ	第2水曜 13:30~		㉒	草々げんき会 いきいき百歳体操	毎週金13:30~	
⑥	ラジオ体操	月~金 6:30~	浄教寺	㉓	バラ色クラブ いきいき百歳体操	毎週木13:00~	
⑦	サロン「クラブ本町」	第2・4木13:30~	草津本町集会所	㉔	将棋	毎週金9:00~	
⑧	本町健康体操 いきいき百歳体操	毎週水13:30~		㉕	浜町100歳会 いきいき百歳体操	毎週木14:00~	草津浜町集会所
⑨	本町折り紙教室	第1月13:00~		㉖	若葉会カラオケクラブ	第1・3水13:00	若葉会 老人クラブ(若葉会) に入会必要
⑩	笑いヨガ	第4火10:30~	楽々屋 草津店	㉗	草津新町1丁目 ノーサイドウォーキング クラブ	毎週金9:30~	行先による
⑪	ノルディック ウォーキング	第2火10:00~		㉘	草津新町1丁目 体操クラブ	毎週火13:15~	草津新町1丁目 集会所
⑫	イントレ(失禁体操)	第1・3火10:30~		㉙	けんこう麻雀 サロン373	毎週水12:30~	
⑬	トールペイント教室	第4日13:30~	サンパレス 集会所	⑳	みんなで健康づくり	毎週水10:00~	庚午南集会所
⑭	楽ちゃん百歳体操 いきいき百歳体操	毎週月13:30~		㉑	かのえフレンド	第3水10:00~	
⑮	楽カフェ	第3水10:30~		㉒	庚午南サロンはなみずき	第2月10:00~	
⑯	スマイル373 いきいき百歳体操	毎週火13:30~	パークシティ草津南 集会所	㉓	庚午南あすなろクラブ (健康体操) いきいき百歳体操	毎週木10:00~	
㉑	シティ体操 いきいき百歳体操	毎週水9:30~		㉔	いきいきサロンそよ風 いきいき百歳体操	毎週金10:00~	庚午南住宅 集会所
㉕				㉕	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

※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		
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		
	②	草津グランドゴルフ同好会	草津小学校 グランド (草津東2-12-1)	毎週金曜	19:00～20:00	無料	グランドゴルフ ※夏季・冬季休み あり		
	③	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		
	④	さわやか体操	草津東 集会所 (草津東2-20-7)	毎週金曜	1部 9:00～10:00 2部 10:00～11:00	偶数月 100円	いきいき百歳体操		
	⑤	さわやかクラブ		第2水曜	13:30～15:00頃	1回100円	地域交流、 おしゃべり (草津東の住民優先)		
	⑥	ラジオ体操	浄教寺 (草津本町1-22)	月～金 毎朝	6:30～6:45	無料	ラジオ体操		
	⑦	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100円	カラオケ		
	⑧	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		
	⑨	本町折り紙教室		第1月曜	13:00～15:00	1回100円	折り紙		
	草津南	⑩	笑いヨガ	楽々屋 草津店 (草津南2-6-10)	第4火曜	10:30～11:30	1回100円	笑いヨガ	
		⑪	ノルディック ウォーキング		第2火曜	10:30～12:00	無料	ノルディック ウォーキング	
		⑫	イントレ (失禁体操)		第1・3 火曜	10:30～11:30	1回500円	椅子に座って行う コアトレ	
		⑬	トールペイント教室		第4日曜	13:30～15:00	1回1,500円	トールペイント	
		⑭	楽ちゃん百歳体操		毎週月曜	13:30～14:30	1回100円	いきいき百歳体操	
		⑮	楽カフェ		第3水曜	10:30～12:00	1回100円	イベント、カフェ	
		⑯	スマイル373		サンパレス 草津集会所 (草津南2-3-12)	毎週火曜	13:30～14:30	無料	いきいき百歳体操 (マンション住民のみ)
		⑰	シテイ体操		パークシテイ 草津南 (草津南3-4-9)	毎週水曜	9:30～10:30	無料	いきいき百歳体操 (マンション住民のみ)
草津西		⑱	ラジオ体操		西部埋立 第8公園 (草津南1-16)	月曜以外 毎日	6:30～6:45	無料	ラジオ体操
		⑲	こども食堂 キャロルハウス		キャロル ハウス (草津南1-5-17)	第3火曜 第3土曜	17:00～ 11:00～13:30	中学生まで 無料 大人300円	カレーライス うどん等
	⑳	わくわくサロン	第3木曜	10:00～12:00		1回200円	小物づくりなど (昼食あり)		
	㉑	いこいの家 百歳体操	草津老人 いこいの家 (草津南1-16-8)	毎週月曜	9:30～10:30	無料	いきいき百歳体操		
	㉒	草々げんき会		毎週金曜	13:30～15:00	月200円	いきいき百歳体操 (月1回茶話会)		
	㉓	バラ色クラブ		毎週木曜	13:00～16:00	百歳体操 のみ無料 1回1,000円	いきいき百歳体操 講師による体操		
	㉔	将棋	草津浜町 集会所 (草津浜町16-7)	毎週金曜	9:00～17:00	無料	将棋好きのための 開放日、道具2セット・ 座布団あり		
	㉕	浜町100歳会		毎週木曜	14:00～15:30	月100円	いきいき百歳体操		
	㉖	若葉会 カラオケクラブ	草津新町 1丁目ノーサイド ウォーキング クラブ	第1・3 水曜	13:00～15:00	年1,000円	カラオケ		
	㉗	草津新町 1丁目ノーサイド ウォーキング クラブ		毎週金曜	9:30～11:30	無料	ウォーキング		
	㉘	草津新町 1丁目体操クラブ		毎週火曜	13:15～14:45	無料	体操		
	㉙	けんこう麻雀 サロン373	草津新町 1丁目集会所 (草津新町1-7-11)	毎週水曜	12:30～16:30	入会金1,500円 1回100円	麻雀 ※開催回数変更有		
	㉚	みんなで 健康づくり		毎週水曜 (第3水は休み)	10:00～11:30	第1・5は 無料 第2・4は 1回1,000円	第1・5は いきいき百 歳体操など 第2・4は講師による ストレッチ		
	㉛	かのえフレンド	庚午南 集会所 (庚午南2-28-11)	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		
	㉜	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		
	㉝	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		
	㉞	いきいきサロン そよ風	庚午南住宅 集会所 (庚午南1-26-26)	毎週金曜	10:00～11:30	無料	いきいき百歳体操		
㉟	広島西 グランドゴルフ	毎週火曜 金曜		9:00～11:00	年1,000円	グランドゴルフ			