

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	
庚午北 1	①	笑顔あふれる おかえり	デイサービス センター おかえり (庚午北1-25-23)	毎週日曜	1部 9:30~10:30 2部 10:30~11:30	無料	いきいき百歳体操	庚午北 4	②④	らくらくストレッチ	庚午中央 会館 (庚午北4-9-17)	毎週月曜	13:00~14:00	月1,200円	ストレッチ	
庚午北 2	②		庚午みどりの家 (庚午北2-5-5)					庚午北 4	②⑤	縁側サロン ひなたぼっこ	庚午中央 会館 (庚午北4-9-17)	毎週月曜	10:00~11:00	月100円	いきいき百歳体操 ※第4月 軽スポーツ	
	③	③ ④ グランドゴルフ	庚午第一公園 (庚午北2-14)	毎週月・水・土	夏 8:30~ 冬 9:00~	無料	グランドゴルフ	庚午中 1	②⑥	こうご元気クラブ	庚午中央 会館 (庚午北4-9-17)	毎週水曜	13:30~15:00	月100円	いきいき百歳体操	
	④	ひまわり ラジオ体操		毎週火・木	8:30~	無料	ラジオ体操 ※第3火はラジオ体操 後、軽スポーツ	庚午中 1	②⑦	庚午カフェ	庚午中央 会館 (庚午北4-9-17)	第1火曜	9:00~12:00	お弁当 800円 (持ち帰り)	お弁当作り	
	⑤	室内軽スポーツ クラブ		第3火曜	8:45~ (1時間程度)	無料	モルックなど 軽スポーツ	庚午中 1	②⑧	住まいと暮らしの 保健室	庚午のおうち (庚午中1-9-11)	毎週火曜	10:00~15:00	1回300円	フラワーアレンジメ ント、コーヒー、手 話講座(別料金要)	サロン
	⑥	⑥ ⑦ 民謡クラブ		第2・4木曜	14:00~	月300円	民謡	庚午中 1	②⑨	健康麻雀の会	庚午のおうち (庚午中1-9-11)	第1・3・5水曜	13:00~16:00	1回300円	麻雀	
	⑦	⑦ ⑧ リハビリ体操 クラブ		第1・3水曜	13:00~	無料	体操	庚午中 1	③⑩	オレンジャー ひろば	庚午のおうち (庚午中1-9-11)	第3土曜	10:00~13:00	1回200円	認知症カフェ	
	⑧	⑧ ⑨ カラオケクラブ		第1・3火曜	13:00~	月200円	カラオケ	庚午中 1	③⑪	いきいき体操	庚午のおうち (庚午中1-9-11)	毎週木曜	10:00~10:45	無料	いきいき百歳体操	
	⑨	⑨ ⑩ 楽話会		年6回	10:30~	1回500円	吉崎布教使の 訓話	庚午中 2	③⑫	ひとときの集い	弘島銀行 庚午支店 3階	毎週月曜	13:30~16:00	1回200円	手芸、折り紙 雑巾縫い	
	⑩	⑩ ⑪ 童謡クラブ	庚午北 集会所 (庚午北2-14-1)	第2金曜	10:00~	月100円	合唱	庚午中 2	③⑬	小学唱歌を 歌いましょうか	ポランティア ハウスまりんち (庚午中2-19-32)	毎週月曜	13:30~15:00	1回500円	音楽セラピー 指導者の下で唱歌 を歌う	
	⑪	⑪ ⑫ パソコンクラブ		第2・4木曜	13:00~	月100円	パソコン	庚午中 3	③⑭	のびのび ストレッチ	庚午中 3丁目 集会所 (庚午中3-3-15)	毎週水曜	10:00~11:00	月1,000円	ストレッチ	
	⑫	⑫ ⑬ 卓球クラブ		第1・3月曜 毎週土曜 年3~4回 程度	13:00~	月150円	卓球	庚午中 3	③⑮	桜はつらつ体操	庚午中 3丁目 集会所 (庚午中3-3-15)	毎週月曜	9:30~10:30	無料	いきいき百歳体操	
	⑬	⑬ ⑭ ふれあい茶話会		毎週木曜	13:00~	月100円	いきいき百歳体操	庚午中 3	③⑯	ひまわり百歳体操	庚午中 3丁目 集会所 (庚午中3-3-15)	毎週金曜	9:30~10:30	無料	いきいき百歳体操	
	⑭	⑭ ⑮ 木曜健康クラブ	鈴の会 (老人クラブ) に入会必要	毎週土曜	10:00~	月100円	いきいき百歳体操	庚午中 3	③⑰	元気教室	庚午中 3丁目 集会所 (庚午中3-3-15)	毎週火曜	14:00~15:30	1回400円	廃用症候群による 筋力低下予防体操 ※運動強度高め	
	⑮	⑮ ⑯ にこにこ庚午会		年6~7回	行先に応じて異なる	交通費 自己負担	ウォーキング	庚午中 4	③⑱	頭と体の元気教室	庚午中 3丁目 集会所 (庚午中3-3-15)	毎週金曜	14:00~15:30	1回400円	認知症の予防体操	
	⑯	⑯ ⑰ 歩幸会	行先希望による	毎週木曜	10:00~11:00	月1,000円	ストレッチ	庚午中 4	③⑳	仲よし会	庚午集会所 (庚午中4-19-27)	毎週水曜	10:00~12:00	月100円	体操、ストレッチ	
	⑰	⑰ ⑱ GOGO!ストレッチ	マリモノネクト ひろば (庚午北2-17-16)	第4日曜	13:00~15:30	1回100円	おしゃべり	庚午中 4	④①	こうご子ども食堂 みんな	庚午集会所 (庚午中4-19-27)	毎週月曜	10:00~11:00	月100円	いきいき百歳体操	
	⑱	⑱ ⑲ かのえの会		毎週火曜	14:00~15:00	無料	いきいき百歳体操	庚午中 4	④②	互近助サロン	パークシティ 庚午中集会所 (庚午中4-21-26)	第4水曜	17:00~18:00	子供 無料 大人 200円	食事の提供	
	⑲	⑲ ⑳ 縁側サロン ひだまり	cafebar&gallery かのえ (庚午北3-5-11)	第2・4金曜	10:00~12:00	月100円	シナブノジョー 抹茶	庚午中 4	④③	行康会	庚午中集会所 (庚午中4-21-26)	第3火曜	13:30~15:00	月200円	おしゃべり、お茶	
	⑳	⑳ ㉑ 謡曲クラブ		第2・4木曜	10:00~	無料	合唱	庚午中 4	④④	こうご子ども食堂 みんな	庚午中集会所 (庚午中4-21-26)	毎週月曜	10:00~11:00	月100円	いきいき百歳体操	
	㉑	㉑ ㉒ シニア学習会		第1木曜	13:30~	無料	ゲーム、脳トレ トークタイム	庚午中 4	④⑤	互近助サロン	パークシティ 庚午中集会所 (庚午中4-21-26)	第4水曜	17:00~18:00	子供 無料 大人 200円	食事の提供	
	㉒	㉒ ㉓ かのえ ども食堂		第4土曜	11:30~13:00	子供 無料 大人 200円	食事の提供	庚午中 4	④⑥	互近助サロン	パークシティ 庚午中集会所 (庚午中4-21-26)	第3火曜	13:30~15:00	月200円	おしゃべり、お茶	