

己斐・己斐上地区 『歩いて通える運動の ～拠点(いきいき百歳体操マップ)～

《己斐上小学校区》

- ①己斐上5丁目集会所
(こいこい上・長寿クラブ)
金曜日 9:00～
- ②フィットネス&デイ ここからキャパス
(己斐上いきいき体操)
土曜日 9:00～
- ③己斐大迫集会所
(大迫水曜会)
水曜日 10:00～
- ④ニチケアセンター己斐
(国迫百歳体操)
水曜日 14:00～
- ⑤茶臼台集会所
(いきいき茶臼台)
金曜日 9:30～

《己斐小学校区》

- ⑭共立ハイツ集会所
(共立健康体操クラブ)
月曜日 9:00～(主に男性)
10:30～(主に女性)
- ⑮もみじが丘集会所
(もみじが丘GOGO体操)
水曜日 9:30～
- ⑯中郷集会所
(中郷百歳体操)
金曜日 9:30～
- ⑰己斐上1区町内会集会所
(いきいき長寿会)
木曜日 9:30～
- ⑱己斐西町集会所
(もより会)
土曜日 9:30～
- ⑲住宅型有料老人ホーム ワンズハウス
(うきうきクラブ) **休止**
火曜日 10:00～
- ⑳朝日医療専門学校 2階柔道場
(己斐本町1丁目中町内会・楽々会)
月曜日 10:00～(午前の部)
13:30～(午後の部)
- ㉑己斐公民館 3階・研修室1
(リフレッシュ女性会)
金曜日 10:00～

《己斐上小学校区》

- ⑥己斐上集会所
(いきいきコイコイ体操)
水曜日 8:45～10:00
- ⑦明山集会所
(明山台百歳体操)
木曜日 10:00～
- ⑧民家
(元気になろうかい)
水曜日 10:00～
- ⑨閑静園集会所
(閑静園いきいき百歳体操)
木曜日 9:00～

《己斐東小学校区》

- ⑩己斐中市営第1集会所
(ふじハイツいきいきサロン)
金曜日 13:30～
- ⑪己斐東学区会館
(ふじハイツ百歳体操)
木曜日 13:30～
- ⑫己斐東2丁目集会所
(イトーピア第2シニアクラブ)
火曜日 10:00～
- ⑬己斐東1丁目集会所
(己斐東1丁目いきいき体操)
金曜日 13:30～15:00



広島市己斐・己斐上地域包括支援センター
住所:〒733-0812

広島市西区己斐本町2丁目7-13

電話:082-275-0087 FAX:082-275-0070

営業日:月～土曜日(年末年始を除く)

営業時間:8:30～17:30

作成:令和7年10月(広島市己斐・己斐上地域包括支援センター)

裏面もご覧ください。