

大和郡山市 いきいき百歳体操開催場所一覧（郡山北西・矢田）

※実施日や時間・参加条件などは変更することがありますので、事前に各連絡先にお問い合わせください。

＜郡山北エリア＞

No.	団体名	町名	開催場所	曜日	開始時間	備考
1	薬師寺アーバン	九条町	薬師寺アーバン集会所	月	9:30	
2	薬師寺荘園春秋会		薬師寺荘園集会所	木	9:00	
3	松ヶ丘		松ヶ丘コミュニティセンター	月	9:30	第3月曜日は体操後にいきいきサロンを開催
4	九条ヶ丘		九条ヶ丘公民館	月	13:30	第2・4週目は14時～
5	トマトホーム		トマトホーム食堂	金	14:30	休止中
6	旭ヶ丘自治会		旭ヶ丘集会所	火	9:30	第1火曜は休み
7	九条集会所		九条集会所	火	13:30	
8	プレステ壱番館		プレステ壱番館 コミュニティホール	金	10:00	自治会加入の方
9	おしろのきたクラブ	城北町	天理教北七條分教会		11:00	5日、第2土、20・30日
10	城北錦寿会	植槻町	老人福祉センター	火	10:00	
11	第八春秋会			火	9:30	
12	おだやか			水	10:00	
13	JA女性部	北郡山町	JA郡山2階	金	13:30	JA 会員の方
14	メリーさん	堺町	今西メリヤス	木	13:30	

＜郡山西エリア＞

No.	団体名	町名	開催場所	曜日	開始時間	備考
15	城の台	城の台町	城の台町集会所	火・金	10:00	
16	大職冠西自治会	南郡山町	大職冠公民館	火	10:00	自治会加入の方

＜矢田エリア＞

No.	団体名	町名	開催場所	曜日	開始時間	備考
17	千日町寿会	千日町	千日町集会所	火	14:00	
18	千寿会		千日ふれあい会館	火・木	10:00	
19	千日やすらぎクラブ		千日第二自治会集会所	金	10:00	
20	泉原いきいき百歳体操会	泉原町	泉原町自治会館	水	9:00	泉原町在住の方
21	スマイル体操矢田山	矢田山町	矢田サロン会館	水・火	13:30	第1・2水、第3・4火

いきいき百歳体操は、5人以上のグループで、地域の集会所などを使用し、地域のみなさんが主体となって、週1回以上行う筋力アップの体操です。DVDを見ながらゆっくりと行う筋力アップの体操で、体力・筋力に自信がない方でも参加していただけます。

また、地域に体操の場や集まれる場ができることで、お互いに支え合う元気な地域づくりを目指します。新規開設も支援しますので、お気軽にご相談ください！



問い合わせ先

○地域包括支援センター（北郡山町 248-4） TEL：55-7733 FAX：55-6831
○大和郡山市社会福祉協議会（植槻町 3-8） TEL：53-6531 FAX：55-0986