



精華町健康づくり・介護予防サポーター

## すてき65メイト

**「いつまでも元気でいたい！」**

そんな、みんなの願いを実現するために、  
私たち、「すてき65メイト」は、  
体操の居場所の立ち上げから運営、体力測定など、  
みんなの元気づくりのお手伝いをしています。



**「みんなで体操しませんか？」**



精華町には、たくさんの「体操の居場所」があります。

**「皆さんの参加をお待ちしています。」**



まだまだコロナは終息していません。  
三密を避け、マスク着用、手洗い励行等

**「感染予防に留意して体操します。」**

問い合わせ先(コロナで内容を変更しているところもあります。参加を希望される方は下記に問い合わせ下さい。)

NPO 法人 みんなの元気塾

TEL : 0774-51-0958 E-Mail : genkijuku@kcn.jp

精華町高齢福祉課

TEL : 0774-95-1932

精華町南部包括支援センター

TEL : 0774-94-4573

精華町北部包括支援センター

TEL : 0774-94-5677

すてき65メイト事務局(北崎)

TEL : 0774-93-2640 E-Mail : yk-kitazaki@kcn.jp

# 体操の居場所一覧(地区別)

2022年1月1日現在

地区	居場所の名称	曜日	時間	場所	
・ 菱田・滝ノ鼻 舟・僧坊地区	A1	滝ノ鼻体操クラブ	第1・3金	9時30分～10時30分	滝ノ鼻集会所
	A2	菱田ふれあい体操クラブ	第1・4水	13時00分～14時00分	菱田集会所
	A3	中久保田 体操クラブ	火・金	9時30分～10時30分	中久保田集会所
	A4	シップメイトリフレッシュクラブ	第2・4土	10時00分～11時00分	舟集会所
	A5	僧坊地区(2022年4月立ち上げ予定)			
・ 祝園・北稻 南稻地区	B1	元気でまっせ体操	木	10時00分～11時00分	JA精華町支店
	B2	コープクラブ「いきいき」	第1火	10時00分～12時00分	生協祝園駅集会所
	B3	北稻八間体操クラブ	第1・3火	10時00分～11時00分	北稻集会所
	B4	南稻わいわいクラブ	金	10時00分～11時30分	南稻公民館
西北馬 ・ 淵 中・北 菅井堂 地区	C1	馬淵元気体操の会	月	10時00分～11時45分	馬淵集会所
	C2	北の堂体操クラブ	水 金	13時30分～15時30分 10時00分～12時00分	北ノ堂集会所
	C3	西北いきいきサロン	第1水	13時00分～14時00分	西北集会所
	C4	和(なごみ)リフレッシュ体操	第1・3火	10時00分～11時00分	中集会所
	C5	菅井地区(2022年4月サロンで開始予定)			
・ 柘榴 山田・乾 地区	D1	体操教室	第3水	13時30分～14時30分	柘榴集会所
	D2	すてき65 乾谷体操クラブ	金	13時30分～14時30分	乾谷集会所
	D3	山田さくら会	金	10時00分～11時00分	山田集会所
	D4	山田老人会長寿会健康体操	火	10時00分～11時00分	山田集会所
精 華 台 地区	E1	森のサロン ながたん	月	13時30分～15時30分	花笑み・けいはんな公園
	E2	精華台体操クラブ	金	10時00分～11時30分 13時30分～15時00分	精華台四丁目集会所
桜 が 丘 地区	F1	桜四元気アップ体操クラブ	月	9時30分～11時30分	桜が丘四丁目集会所・公園
	F2	桜が丘二丁目体操クラブ	月	10時00分～12時00分	桜が丘二丁目集会所
	F3	ひまわり体操クラブ	第1・3土 第2・4土	10時00分～11時00分	桜が丘一丁目集会所
東 畑 ・ 光 台 地区	G1	みんなの元気塾	火	10時00分～11時00分	NPOみんなの元気塾
	G2	東畑元気体操クラブ	第1・3火	20時00分～21時00分	東畑集会所
	G3	光台五丁目健康体操	第3水	13時30分～14時30分	光台五丁目集会所
	G4	八丁目ニコニコ体操クラブ・エイト	第2・4木	13時30分～15時00分	光台八丁目集会所
	G5	光台九丁目すてき65健康体操	第2・4火	13時30分～15時30分	光台九丁目集会所
	G6	光台六丁目若返り体操	第1・3・4木	13時30分～15時00分	光台六丁目集会所
	G7	光台七丁目楽遊体操	金	10時00分～11時15分	地域ヶアセンター花笑み
	G8	光台四丁目ラジオ体操あおぞら	月～土	8時00分～8時30分	光台四丁目集会所横広場