

	はつらつ広場名	活動場所	活動場所住所	活動曜日	活動時間	地区
1	やじろべー	まちなかキャンパス	大手通2-6	木	13:30~15:30	阪之上
2	コスモスの会	高齢者センターけさじろ	今朝白2-8-18	木	9:30~11:45	阪之上
3	はつらつ笑顔	まちなかキャンパス	大手通2-6	月	13:30~15:30	阪之上
4	リフレッシュクラブ表町	クローバーハウス呉服町	呉服町1-3-5	月	13:00~15:00	表町
5	ますます元気会	トモシア多目的室	表町2-2-21	水	9:30~11:30	表町
6	ハツラツ元気会	高齢者センター信濃	信濃2-6-18	土	13:30~15:30	中島
7	柏シニア倶楽部	おぐま酒家	柏町2-1-8	火	14:00~16:30	千手
8	メンズクラブ千手	千手コミュニティセンター	西千手2-5-1	木	10:00~12:00	千手
9	すみれ会	四郎丸コミュニティセンター	四郎丸1-11-20	金	13:00~15:00	四郎丸
10	はつらつ金房会	金房公民館	金房3-5-57	水	10:00~12:00	四郎丸
11	わいが家広場	四郎丸わいが家	土合4-1-14	土	9:30~11:30	四郎丸
12	すみよし若葉会	住吉公民館	住吉1-10-9	火	9:30~11:30	豊田
13	さわやかサロン	花園東集会所	花園東2-192-17	水	10:00~12:00	豊田
14	元気アップサークル	川崎コミュニティセンター分館	地藏1-4-1	金	13:30~15:30	川崎
15	MGU48	宮内コミュニティセンター分館	宮栄3-21-27	金	13:30~15:30	宮内
16	豊詰健やか健康クラブ	豊詰町公民館	豊詰町143-3	木	9:30~11:30	宮内
17	十日町元気クラブ	十日町コミュニティセンター	十日町1220-2	火	9:30~11:30	十日町
18	ハイタッチ	高町わいが家	高町2-59-294	水	9:30~11:30	山通
19	山通はつらつ広場	山通コミュニティセンター	柿町650-4	原則 金	13:30~15:30	山通
20	地域のお茶の間	栖吉コミュニティセンター	悠久町3-734	火	13:30~15:30	栖吉
21	ふれあい広場	ふれあい館	大島本町3丁目 大島中央公園内	月	10:00~12:00	大島
22	ときの会	サポートセンター大島	大島町字谷田甲1161	火	10:00~15:00	大島
23	大島新町4丁目 はつらつふれあい広場	大島新町4丁目公民館	大島新町4丁目甲999-1	金	10:00~12:00	大島

	はつらつ広場名	活動場所	活動場所住所	活動曜日	活動時間	地区
24	希望が丘どれみくらぶ	希望が丘コミュニティセンター	西津町2301-1	金	9:45~11:45	希望が丘
25	江陽サロン「火曜会」	江陽公民館	江陽1-9-8	火	9:30~11:30	上川西
26	水曜歌声広場(SUIKA)	青葉台コミュニティセンター	青葉台1-120-8	水	10:00~14:00	青葉台
27	チーム☆ポピー	宮本コミュニティセンター	宮本1丁目甲105-2	金	13:15~15:15	宮本
28	サンパルコはつらつ広場	サンパルコなかのしま	中野中甲1666-2	月	9:30~11:30	中之島
29	中野西部はつらつ広場	中野西部集落センター	末宝119	土	9:30~11:30	中之島
30	西野&西野新田じよんのび会	西野集落センター	中之島西野301	金	9:30~11:30	中之島
31	白梅会	上公共会館	来迎寺乙333-1	水	13:30~15:30	越路
32	飯塚すこやかクラブ	飯塚集会所	飯塚4060	水	13:30~15:30	越路
33	筋トレクラブH23	みしま会館	上岩井1260-1	金	9:00~11:00	三島
34	みしま かたくりの会	三島保健センター	上岩井1261-1	火	9:30~11:30	三島
35	いきいきクラブ	三島支所コミセン 2F大ホール	上岩井1261-1	金	9:30~11:30	三島
36	いきいき体操下村	下村集落センター	小国町横沢2462-5	水	9:15~11:15	小国
37	七日町 火よりの会	はなのか倶楽部	小国町七日町244	火	9:30~11:30	小国
38	太郎丸けんこつ体操	太郎丸集落センター	小国町太郎丸1417-2	金	8:00~10:00	小国
39	小栗山けんこつ体操教室	小栗山公民館	小国町小栗山1117-2	水	13:30~15:30	小国
40	雪椿	猿橋公民館	小国町横沢166-1	木	9:30~11:30	小国
41	はつらつ広場檜沢体操教室	檜沢公民館	小国町檜沢474-1	火	9:00~11:00	小国
42	さわやか健康くらぶ	①保健センター ②ゆきわり荘	①小島谷3434-4 ②小島谷3560-1	木	9:30~11:30	和島
43	上桐元気くらぶ アトム	上桐集落センター	上桐2387	火	10:00~12:00	和島
44	みんなの喫茶去ふせらこ亭	つたや	島崎802	金	9:30~11:30	和島
45	大野元気かい!	栃尾大野公民館	栃尾大野町1-5-8	第1,2火 第3,4木	13:30~15:30	栃尾
46	笑顔の会	西野俣ふれあいセンター	西野俣1010-2	水、土	8:30~10:30	栃尾
47	そよかぜ体操クラブ	栃尾市民会館	中央公園1-40	金	13:00~16:00	栃尾

	はつらつ広場名	活動場所	活動場所住所	活動曜日	活動時間	地区
48	「みんなの茶の間・栄町」	栄町区公民館	栄町3-2-30	水	13:30~16:00	栃尾
49	さわやか健康体操	よいたコミュニティセンター	与板町与板乙2469-1	水	9:30~11:30	与板
50	はつらつ広場ねまーれ	志保の里荘	与板町本与板2380-1	月	10:00~14:00	与板
51	貯筋クラブ川口サークル	末広荘	東川口1979-20	金	13:00~15:00	川口
52	たのしい会	川口公民館	東川口1979-130	木	9:30~11:30	川口

※長岡地域(旧長岡市)の地区は、コミュニティセンターごとです。