

草津小学校区 おでかけマップ

2021年5月現在

広島市庚午地域包括支援センター
TEL : 507-1210



番号	名称	日時	場所	番号	名称	日時	場所
①	かもめ体操	毎週月・木10:00~	草津診療所	⑬	失禁体操(コアトレ)	第1火10:30~	楽々屋 草津店
②	おれんじカフェひまわり	第3木10:00~	草津公民館1階 研修室1	⑭	脳トレリトミック	第3火10:30~	
③	さわやか体操	毎週金1部:9:30~ 2部:10:30~	草津集会所	⑮	ペン習字	第3水10:30~	
④	サロン「クラブ本町」	第2・4木13:30~	草津本町集会所	⑯	いきいきのびのびサロン 「笑いヨガ」	第4木10:30~	西区 スポーツセンター
⑤	本町健康体操	毎週水13:30~		⑰	ラジオ体操	毎日6:30~	
⑥	本町折り紙教室	第3木13:00~		⑱	スマイル373	毎週火13:30~	
⑦	ラジオ体操	日曜以外毎日6:30~	浄教寺	⑲	庚午南サロンはなみずき	第2月10:00~	庚午南集会所
⑧	いきいきサロン 「1人暮らしの集い」	毎年6月11:00~	漁民会館	⑲	かのえフレンド	第3水10:00~	
⑨	草々げんき会	毎週金13:30~		⑲	あすなろクラブ	毎週木10:00~	
⑩	いきいきのびのびサロン 「笑いヨガ」	第4木10:30~	草津新町1丁目集会所	⑲	みんなで健康づくり	毎週水10:00~	西区 スポーツセンター
⑪	いきいきのびのびサロン 「ノルディック」	第2水10:30~		⑲	広島西グランドゴルフ	毎週火・金9:00~	
⑫	失禁体操(コアトレ)	第1火10:30~		⑲	いきいきサロンそよ風	毎週金1部:9:30~ 2部:10:30~	
⑬	脳トレリトミック	第3火10:30~	楽々屋 草津店	⑲	囲碁・将棋クラブ	毎週土・日 13:00~	庚午南憩会館
⑭	トールペイント教室	第4日13:00~		⑲	庚午南ラジオ体操班	毎週水13:00~	
⑮	ペン習字	第3水10:30~		⑲	浜町100歳会	毎週木14:00~	草津浜町集会所
				⑲	草津新町1丁目 ノーサイドウォーキング クラブ(老人会)	毎週金9:30~	行先による
				⑲	バラ色クラブ	毎週木13:00~	草津新町1丁目 集会所
				⑲	草津新町1丁目体操クラブ	毎週火13:30~	

町名	番号	名称	場所	曜日	時間	会費	内容
草津東	①	かもめ体操	草津診療所 (草津東1-11-43)	毎週月曜 木曜	10:00~11:00	無料	いきいき百歳体操
	②	おれんじカフェ ひまわり	草津公民館 1階 研修室1 (草津東2-20-7)	第3木曜	10:00~11:30	1回100 円	お茶とおしゃべり、 物忘れが気になる、誰かとおしゃべりしたい、介護 をしている等
	③	さわやか体操	草津集会所 (草津東2-20-7)	毎週金曜	1部:9:30~10:15 2部:10:30~11:15	月100円	いきいき百歳体操、 県民体操
草津本町	④	サロン 「クラブ本町」	草津本町 集会所 (草津本町25-3)	第2・4木曜	13:30~16:00	月200円	カラオケ
	⑤	本町健康体操		毎週水曜	13:30~15:00	無料	いきいき百歳体操、 ラジオ体操
	⑥	本町折り紙教室		第3木曜	13:00~15:00	月100円	折り紙
	⑦	ラジオ体操	浄教寺 (草津本町1-22)	日曜以外 毎日	6:30~	無料	ラジオ体操
草津南	⑧	いきいきサロン 「1人暮らしの集い」	漁民会館 (草津南1-16-29)	毎年6月	11:00~13:00	300円	昼食会 ゲーム
	⑨	草々げんき会		毎週金曜	13:30~15:00	月100円	いきいき百歳体操、 タオル体操
	⑩	いきいきのびのびサロン 「笑いヨガ」	楽々屋 草津店 (草津南2-6-10)	第4木曜	10:30~12:00	無料	笑いヨガ
	⑪	いきいきのびのびサロン 「ノルディック」		第2水曜	10:30~12:00	無料	ノルディック
	⑫	失禁体操 (コアトレ)		第1火曜	10:30~11:30	月500円	コアトレ
	⑬	脳トレリトミック		第3火曜	10:30~11:30	月500円	音楽、脳トレ
	⑭	トールペイント教室		第4日曜	13:00~14:30	月500円	トールペイント
	⑮	ペン習字		第3水曜	10:30~11:30	月500円	ペン習字

町名	番号	名称	場所	曜日	時間	会費	内容	
草津南	⑯	わくわくサロン	誠和コーポ 草津集会所 (草津南3-4-9)	第2水曜	10:00~12:00	月100円	体操、歌、 工作等	
	⑰	ラジオ体操	西部埋立 第8公園 (草津南1-16)	毎日	6:30~	無料	ラジオ体操	
	⑱	スマイル373	サンパレス 草津集会所 (草津南2-3-12)	毎週火曜	13:30~15:00	無料	いきいき百歳体操	
庚午南	⑲	庚午南サロン はなみずき	庚午南 集会所 (庚午南2-28-11)	第2月曜	10:00~11:30	1回100円	遊び、悩み相談、 健康相談	
	⑳	かのえフレンド		第3水曜	10:00~11:30	1回100円	ラジオ体操、 ストレッチ、 笑いヨガなど	
	㉑	あすなるクラブ		毎週木曜	10:00~11:00	無料	いきいき百歳体操	
	㉒	みんなで 健康づくり		毎週水曜	10:00~11:30	1回200円	ストレッチ	
	㉓	広島西 グランドゴルフ		西区スポーツ センター (庚午南2-41-1)	毎週火曜 金曜	9:00~11:00	年1,000円	グランドゴルフ
	㉔	いきいきサロン そよ風		庚午南住宅 集会所 (庚午南1-26-26)	毎週金曜	1部:9:30~10:15 2部:10:30~11:15	無料	いきいき百歳体操
庚午南	㉕	囲碁・将棋 クラブ	庚午南 憩会館 (庚午南2-28)	毎週土曜 日曜	13:00~17:00	1回250円	将棋	
	㉖	庚午 ラジオ体操班	庚午南 憩会館 (庚午南2-28)	毎週水曜	10:00~11:30	無料	健康遊び	
	㉗	浜町100歳会	草津浜町 集会所 (草津浜町16-7)	毎週木曜	14:00~15:30	月100円	いきいき百歳体操	
草津浜町	㉘	草津新町1丁目 ノーサイド ウォーキング クラブ(老人会)	行先による	毎週金曜	9:30~11:30	無料	ウォーキング	
草津新町	㉙	バラ色クラブ	草津新町 1丁目 集会所 (草津新町1-7-11)	毎週木曜	13:00~15:00	1回700円	いきいき百歳体操、 講師による体操、 料理教室	
	㉚	草津新町1丁目 体操クラブ	草津新町 1丁目 集会所 (草津新町1-7-11)	毎週火曜	13:30~15:30	月3,000円	体操	