

活動教室一覽

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
滝尾	3	悠々健康教室まつもと	北下郡公民館	第1・3火曜日	2		14:00～15:00
坂ノ市	4	里中教室	里中公民館	第2・3・4火曜日	3		13:30～15:00
大在	5	汐見いきいき健康体操教室	汐見公民館	第1・2・3・4火曜日	4		10:00～12:00
鶴崎	7	らくらく体操鶴崎教室	鶴崎老人いこいの家	第1・3水曜日	2		10:00～11:30
植田西	9	上横瀬健康のびのび教室①	上横瀬公民館	第1・2・3・4火曜日	4	☆	10:00～11:00
上野ヶ丘	11	長浜健康づくり教室	長浜公民館	毎週金曜日	4		13:30～15:00
竹中・判田	12	判田台健康づくり教室	判田台団地集会所	第1・2・3・4月曜日	4		10:00～11:30
王子	15	大道公民館教室	大道校区公民館	第1・3土曜日	2		10:00～11:30
大東	17	毛井健康クラブ「もみじの会」	毛井公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
王子	19	王子中町健康教室	春日校区公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	20	いきいき健康館教室	いきいき健康館	第2・4木曜日	2		10:00～11:00
鶴崎	21	三佐らく楽教室	三佐二区いこいの家	第2・4火曜日	2		9:30～11:00
城東	23	今津留公民館健康体操教室	今津留公民館	第1・2・3金曜日	3		10:00～11:00
城東	29	今津留さわやか健康教室	今津留公民館	第2・4日曜日	2		13:30～15:00
植田東	33	敷戸健康教室	敷戸校区公民館	第1・3火曜日	2		14:00～15:30
上野ヶ丘	34	元気はつらつOB会教室	いきいき健康館	第2・4水曜日	2		10:00～11:30
東陽	35	高田健康体操教室	高田公民館	第1・3月曜日	2		10:00～11:30
明野	43	東原教室	東原公民館	第1・3水曜日	2		10:00～11:00
植田	44	二豊健康体操教室	二豊公民館	第1・3月曜日	2		13:30～15:30
原川	47	西原運動教室	西原公民館 2F	第1・2・4木曜日	3		10:00～11:30
滝尾	50	片島いきいき健康体操教室	片島公民館	第1・2・3・4金曜日	4	☆	10:00～11:30
戸次・吉野	52	戸次健康づくり教室	楠木生公民館	第1・3水曜日	2		10:00～11:30
植田	53	木上健康体操教室	木上公民館	第2・4金曜日	2		13:30～14:30

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
植田	54	松が丘教室	松が丘公民館	第1・2・3・4土曜日	4	☆	10:00～11:30
城東	55	西新地さわやか健康教室	西新地公民館	第1・3土曜日	2		13:30～14:45
戸次・吉野	56	けやき台健康教室	けやき台3丁目公民館	第1・3月曜日	2		9:30～11:00
佐賀関・神崎	57	中山教室	中山公民館	毎週木曜日	4	☆	10:30～12:00
戸次・吉野	59	いきいき嶺教室	嶺公民館	第1・3金曜日	2		10:00～12:00
竹中・判田	60	竹中冬田教室	中冬田公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:30
明野	61	いきいき健康高城台教室	高城台公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	10:00～12:00
鶴崎	62	あんのんサークル健康教室	円光寺「あんのん館」	第2・4水曜日	2		9:30～11:00
竹中・判田	63	らくらく昆布刈教室	昆布刈公民館	第1・3水曜日	2		9:30～11:00
竹中・判田	65	東新川いきいき健康教室	東新川公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
竹中・判田	66	竹中はつらつ教室	中竹中公民館	第2・4金曜日	2		13:30～15:00
東陽	67	らくらく体操皆春教室	皆春公民館	第1・3月曜日	2		10:00～11:30
城東	69	えがおの輪教室	大津町3丁目公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:15
坂ノ市	70	尾田ひまわりの会教室	尾田公民館	第1・2・3・4火曜日	4		10:00～11:30
大在	71	いきいき浜教室	大在浜公民館	第2・4月曜日	2		10:30～11:45
竹中・判田	73	にこにこ元気クラブ教室	豊田公民館	第1・2・3・4金曜日	4	☆	10:00～11:30
竹中・判田	75	庄屋村すこやか教室	庄屋村公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	10:00～11:30
城南・賀来	76	えのくま健康教室	えのくま公民館	第1・2・4水曜日	3		10:00～11:00
城南・賀来	77	野田教室	野田公民館	第1・3火曜日	2		9:30～11:00
上野ヶ丘	78	上野六坊教室	上野六坊公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
城南・賀来	79	国分新町健康づくり教室	国分新町公民館	第1・2・3木曜日	3		10:00～11:30
植田	80	宗方台健康体操教室	宗方台公民館	第1・2・3土曜日	3		13:30～15:30
植田南	83	小原団地健康教室	小原団地集会所	第2・4金曜日	2		10:00～11:30

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
竹中・判田	84	西新川あじさい教室	西新川公民館	第1・3水曜日	2		13:30～15:00
戸次・吉野	86	さわやか健康体操教室	大南老人いこいの家	第1・3金曜日	2		9:30～10:30
坂ノ市	87	久原健康体操教室	久原公民館	第1・2・4金曜日	3		10:00～11:30
城南・賀来	89	東野台教室	東野台公民館	第2・4水曜日	2		10:00～11:30
城南・賀来	90	賀来新川健康教室	賀来新川公民館	第1・3・4木曜日	3		13:30～15:00
上野ヶ丘	91	顕徳町健寿教室	顕徳町公民館	第1・2・3・4木曜日	4		10:00～11:30
植田南	92	田尻教室	田尻公民館	第1・3木曜日	2		13:30～15:00
戸次・吉野	94	ハピネット・健やか教室	けやき台3丁目公民館	第1・3金曜日	2		10:00～11:30
竹中・判田	95	わくわくまなと健康教室	高江ライフサポート	第1・3土曜日	2		10:00～11:30
戸次・吉野	96	月愛体操教室	月形公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:30
戸次・吉野	97	やまびこ教室	下志津留公民館（老人憩いの	第1・3木曜日	2		13:30～15:00
東陽	98	種具フレイル花陽教室	種具公民館	毎週火曜日	4	☆	9:30～11:30
竹中・判田	99	河原らんらん教室	河原公民館	第2・4火曜日	2		13:30～15:00
坂ノ市	100	そよ風健康教室	八丸公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
東陽	101	西区いきいきクラブさくら教室	宮河内ハイランド公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	9:10～10:30
上野ヶ丘	103	金池えがお体操クラブ	長浜公民館	第1・4火曜日	2		13:30～14:45
明野	104	明野北町コスモス教室	明野北町第7集会所	第1・2・3・4火曜日	4		10:00～11:30
植田南	105	ふれあい霊山教室	ふじが丘公民館	第1・3土曜日	2		10:00～12:00
鶴崎	106	ハピネット健康体操三区 教室	大村公民館	第1・3月曜日	2		9:30～11:00
大分西	107	高崎いきいき健康教室	高崎公民館	第2・4金曜日	2		13:30～15:00
植田	108	萌葱台教室	萌葱台公民館	第1・3木曜日	2		13:30～15:00
碩田	109	エクセル健康教室	碩田 柞原の里	第1・2・3・4月曜日	4		10:00～11:30
城南・賀来	111	大石町健康教室	大石町公民館	第1・2・4木曜日	3		10:00～11:30

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
城東	112	中津留ハピネット健康体操教室	中津留公民館2階	第2・4金曜日	2		10:30～11:30
上野ヶ丘	113	六坊ひまわり教室	上野六坊公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	114	上野丘1丁目元気教室	上野丘1丁目公民館	第1・2・3・4火曜日	4	☆	14:00～15:30
竹中・判田	115	竹中・竹の子会教室	下冬田公民館	第1・4木曜日	2		10:00～11:30
植田西	116	富士見が丘楽々健康教室	富士見が丘公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
植田東	117	星和台健康教室	星和台公民館	第2・4木曜日	2		10:30～12:00
植田南	118	光吉台西住マイル教室	光吉台西公民館	第2・4火曜日	2		13:30～15:00
戸次・吉野	119	梅ヶ丘いきいき体操教室	梅ヶ丘公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:30
原川	120	岡健康体操教室	岡公民館	毎週水曜日	4		10:00～11:30
植田南	121	田尻天領教室	天領ガーデン	第1・3月曜日	2		13:30～15:00
坂ノ市	122	屋山スマイル教室	屋山公民館	第2・4木曜日	2		13:30～15:00
竹中・判田	126	竹中・伊余床教室	伊余床公民館	第2・4金曜日	2		9:30～11:00
城東	127	岩田町いきいき健康教室	岩田町公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	10:00～11:30
佐賀関・神崎	128	もみの木教室	木佐上コミュニティー	第1・2・3・4月曜日	4	☆	10:00～11:30
植田東	129	敷戸元気教室	敷戸校区公民館	第1・3木曜日	2		14:00～15:30
東陽	130	亀甲公民館教室	亀甲公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:00
佐賀関・神崎	131	馬場ゆるっとクラブ教室	馬場公民館	毎週水曜日	4	☆	10:00～11:30
植田南	132	パール健康教室	田尻G・H公民館	第1・2・3・4火曜日	4		9:00～10:30
滝尾	134	森岡住マイル教室	森岡校区公民館	第2・4月曜日	2		13:30～15:00
植田西	137	ハピネット体操下横瀬教室	下横瀬公民館	第2・4土曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	138	楽しく体操友の会	いきいき健康館	第1・3・5水曜日	2		10:00～11:30
南大分	139	古国府健康体操教室	古国府公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:30
城南・賀来	140	竹の上健康体操教室	竹の上公民館	第2・4木曜日	2		13:30～14:30

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
大東	142	成松寿クラブ教室	成松公民館	第2・3・4木曜日	3		13:30～14:30
植田東	143	絆・健康教室	寒田グリーンコープ3F	第2・3木曜日	2		10:00～11:30
坂ノ市	145	倉掛さわやか教室	倉掛公民館	第2・4金曜日	2		10:00～11:30
佐賀関・神崎	146	ひまわり教室	馬場公民館	第1・2・3・4月曜日	4		9:30～11:00
大分西	149	高尾台仲間づくり健康教室	高尾台公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
南大分	150	豊府健康体操教室	上田町住宅集会所	第1・4木曜日	2		10:00～11:30
植田東	151	ささむた苑健康教室	ささむた苑公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
城南・賀来	152	城南教室	城南中央集会場	第1・2・3・4水曜日	4		10:00～11:00
植田南	153	サンサン教室	ふじが丘西区公民館	第1・3火曜日	2		13:30～15:00
明野	154	明野高尾なごみ教室	明野高尾公民館	第1・2・3・4木曜日	4	☆	10:00～11:30
植田	155	上宗方ほがらか健康教室	上宗方公民館	第1・2・3土曜日	3		10:00～11:30
城南・賀来	156	永興いきいき教室	永興公民館	第2・4水曜日	2		10:00～11:30
植田東	157	フレッシュ旦野原教室	旦野原公民館	第2・4金曜日	2		10:00～11:30
明野	158	明治明野第1住マイル健康教室	明治明野公民館	第1・3月曜日	2		9:00～11:00
竹中・判田	161	高江もくれん教室	高江南1丁目公民館	第1・3金曜日	2		13:30～15:00
明野	162	さわやか健康教室	パークシティー明野公民館	第1・2・3・4木曜日	4	☆	13:30～15:00
上野ヶ丘	163	ソーリンin健康館教室	いきいき健康館	第1・2・3・4金曜日	4	☆	10:00～11:30
王子	164	椎迫教室	椎迫公民館2F	第2・4月曜日	2		13:30～15:00
大東	165	松岡若返り教室	松岡校区公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:30
竹中・判田	166	ひばり健康体操教室	ひばりヶ丘公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	167	上野の森口健康教室	SJR大分駅地域交流センター	第1・3金曜日	2		10:00～11:30
植田東	168	出あい教室	寒田南県営集会所	第1・3火曜日	2		13:30～15:00
植田南	169	さわやか運動教室	田尻公民館	第2・4水曜日	2		13:30～15:00

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
明野	170	ハピネット白菊教室	明野集会所 白菊会館	第1・3月曜日	2		13:30～15:00
明野	171	さざんか教室	明野南町公民館	第1・3月曜日 第2・4月曜日	4	☆	10:00～11:30 13:30～15:00
上野ヶ丘	172	錦町3丁目元気教室	錦町公民館	第1・2・3・4水曜日	4		10:00～11:30
植田西	173	田原梅の花教室	田原公民館	第2・4金曜日	2		13:30～15:00
戸次・吉野	174	影ノ木菜の花教室	影ノ木公民館	第2・4金曜日	2		13:30～15:00
碩田	175	まほろばin中島	中島西公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
植田東	177	宮崎公民館教室	宮崎公民館	第2・4水曜日	2		10:00～11:30
大東	178	にじいろ健康教室	アーバン明治集会所	第1・2・3・4月曜日	4	☆	13:30～15:00
植田東	180	寒田北町教室	寒田北町集会所	第1・2・3・4水曜日	4		13:00～14:30
植田西	181	緑が丘健康教室	緑が丘中央公民館	第1・2・4・5火曜日	3		10:00～11:30
大在	183	曙台元気教室	曙台公民館	第2・4金曜日	2		10:00～11:00
植田	184	下芹体操教室	下芹公民館	第2・4月曜日	2		10:00～11:00
植田東	185	わくわくハピネット教室	寒田南町集会所	第2・4月曜日	2		10:00～11:30
植田西	186	はつらつ健康教室	緑が丘中央公民館	毎週木曜日	4	☆	10:00～11:30
城南・賀来	187	国分新町老人クラブ・友愛会教室	国分新町公民館	第1・3水曜日	2		10:00～11:30
坂ノ市	188	上市すこやかクラブ教室	上市公民館	第1・2・3・4火曜日	4	☆	10:00～11:30
上野ヶ丘	189	上野丘2丁目すこやか体操教室	上野丘2丁目公民館	第1・2・3・4木曜日	4	☆	14:00～15:30
佐賀関・神崎	190	駅区健康体操教室	駅区公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
植田	191	田島健康教室	田島公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:00
戸次・吉野	192	中戸次さくら教室	中戸次団地集会所	第2・3・4金曜日	3		(第2.4)10～11:30 (第3)14～15:30
鶴崎	193	下鶴崎1はびねっと教室	下鶴崎1区公民館	第1・第3月曜日	2		①13～ ③10～
滝尾	194	ハピネス米良教室	米良公民館	第1・3木曜日	2		13:30～15:00
植田	197	七瀬カトレア教室	木上公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:40

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
坂ノ市	198	一木体操教室	一木自治公民館	第2・4水曜日	2		13:30～15:00
植田西	199	緑が丘第3教室	緑が丘第3公民館	第2・4金曜日	2		13:30～15:00
植田	201	雄城台体操教室	雄城台公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:00
鶴崎	202	マーガレット健康体操教室	鶴崎校区公民館	第2・4木曜日	2		10:30～12:00
原川	203	山津町健康教室	山津町公民館	第1・2・3・4火曜日	4		10:00～11:10
大分西	204	にじが丘健康教室	にじヶ丘公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	13:30～15:00
大在	205	平野はなみずき教室	平野公民館	毎週木曜日	4		10:00～11:30
大東	206	よつばかたりよ倶楽部教室	よつばファミリークリニック	第2・4水曜日	2		10:00～11:20
植田南	207	田尻GH健康教室II	田尻GH公民館	第1・3・4月曜日	3		10:00～11:30
東陽	208	百堂ほがらかクラブ	百堂集会所	第1・2・3・4月曜日	4	☆	9:20～11:20
城南・賀来	209	庄の原ふれあい教室	庄の原公民館	第2・4日曜日	2		10:00～11:00
原川	210	仲西健康教室	仲西公民館	第1・3火曜日 第4木曜日	3		10:00～11:00
植田西	211	富士見が丘東いきいき健康教室	富士見が丘東第2公民館	第1・3月曜日	2		10:00～11:00
戸次・吉野	212	上志津留体操教室	上志津留公民館	第1・3火曜日	2		13:30～15:00
明野	213	日の出ニコニコ健康教室	日の出公民館	第1・3水曜日	2		10:00～12:00
坂ノ市	214	駅通り元気はつらつ会教室	駅通り公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	10:00～11:00
東陽	215	みなはるの里長寿健康教室	皆春公民館	第1・3火曜日	2		12:15～13:15
東陽	216	広内元気教室	広内公民館	第2・4火曜日	2		9:30～11:00
坂ノ市	217	丹生元気クラブ教室	丹生校区公民館	第1・3木曜日	2		13:30～15:00
大東	218	久保山健康教室	久保山公民館	毎週金曜日	4		10:00～11:30
大分西	219	ほがらか教室	机張原公民館	第2・3木曜日	2		13:30～15:00
戸次・吉野	220	大塔健康教室	大塔公民館	第1・3火曜日	2		13:30～15:00
大東	221	陽だまり教室	上野アパート10号室	第1木曜日 第3火曜日	2		10:00～11:30

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
植田南	222	天領ひまわり教室	天領ハイツ公民館	第1・3月曜日	2		10:00～11:30
南大分	223	レインボーエース教室	尼が瀬公民館	第2・4水曜日	2		10:00～11:00
植田	224	くちどスマイル教室	口戸公民館	第1・3火曜日	2		10:00～11:00
植田西	225	上小野鶴健康教室	上小野鶴公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:00
滝尾	226	富岡教室	富岡公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	227	大手町いきいき教室	いきいき健康館	第1・3火曜日	2		10:00～11:30
城南・賀来	230	深河内教室	深河内公民館	第2・4火曜日	2		13:30～14:30
鶴崎	231	家島健康体操	家島公民館	第1・2・3木曜日	3		10:00～11:00
鶴崎	232	新港体操教室	新港公民館	第2・4金曜日	2		13:30～14:30
植田西	233	緑が丘第2健康教室	緑が丘中央公民館	第3・4月曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	234	フレイル予防健康館教室	いきいき健康館	毎週月曜日	4	☆	10:00～11:30
城東	235	岩田団地いきいき健康教室	岩田団地第一集会所	第1・2・3・4木曜日	4	☆	10:00～11:30
滝尾	236	滝尾いきいき健康体操教室	滝尾公民館	第2・4火曜日	2		10:00～12:00
大分西	237	東八幡健康教室	東八幡公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
鶴崎	239	遠見体操教室	遠見公民館	第2・4火曜日	2		10:00～11:30
碩田	240	まほろばin千代町	千代町公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:30
上野ヶ丘	242	さつき会	第3臯月マンション1F	第1・3水曜日	2		10:00～11:30
植田	243	しあわせ健康体操教室	上芹公民館	第1・2・3・4火曜日	4	☆	10:00～11:30
竹中・判田	244	高江北健康教室	高江北公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	10:00～11:30
大在	245	大在北公民館教室	大在北公民館	第2・3・4月曜日	3		10:00～11:15
植田南	246	光吉新町健康教室	光吉新町集会場	第2・4火曜日	2		10:00～11:30
鶴崎	247	乙津体操教室	乙津公民館	第1・3土曜日	2		10:00～11:00
大東	248	中筋健康教室	中筋公民館	第1・2・3・4木曜日	4		10:00～11:30

活動教室一覧

令和 6年 4月 1日 現在

担当包括	教室 No	教室名	場所	曜日	回数	フレイル	時間
原川	249	三川下健康教室	三川下公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:10
植田東	250	坂詰元気教室	坂詰公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:30
東陽	251	種具フレイルきんもくせい教室	種具公民館	毎週金曜日	4	☆	9:30～11:30
東陽	252	西区いきいきクラブばら教室	宮河内ハイランド公民館	第1・2・3・4水曜日	4	☆	10:40～12:00
原川	253	桃園団地健康体操教室	桃園団地公民館	第1・2・3・4月曜日	2	☆	10:00～11:30
原川	254	三川上体操教室	三川上公民館	第1・2・3・4月曜日	4		10:00～11:00
植田南	255	ルビー健康教室	田尻GH公民館	第1・2・3・4火曜日	4		10:30～12:00
大東	256	健康体操あすなろ公園通り教室	公園通りクラブハウス	第2・4火曜日	2		10:00～11:00
原川	258	高松フレイル予防教室	高松公民館	毎週木曜日	4	☆	10:00～11:45
植田東	259	いきいき健康体操教室サンシャイン	サンシャインしきど公民館	第1・3木曜日	2		10:00～11:00
上野ヶ丘	260	友鶴桜教室	舞鶴公民館	第1・2・3・4月曜日	4		10:00～11:30
大東	261	あすなろ京ヶ丘教室	京ヶ丘1区集会所	第1・3月曜日	2		10:00～11:00
植田南	262	ふじが丘西教室	ふじが丘西区公民館	第2・4金曜日	2		10:00～11:00
植田東	263	寒田健康体操教室	寒田校区公民館	第2・4金曜日	2		10:00～11:30
植田	264	木上新町健康体操教室	木上新町公民館	第1・3水曜日	2		10:00～11:30
大東	265	新明治ふれあい体操教室	新明治集会所	第1・2・3土曜日	3		13:30～15:00
南大分	266	健康づくり南大分日だまり会教室	南大分公民館	第3木曜日 第4又は第5水曜	2		10:00～10:30 13:30～15:00
大東	267	二目川健康づくり教室	二目川公民館	毎週水曜日	4		10:00～11:30
植田東	268	敷戸駅北町体操教室	敷戸駅北町公民館	第2・4木曜日	2		10:00～11:15
東陽	269	若葉台いきいき教室	リバーサイド若葉台公民館	第1・2・3・4月曜日	4		9:30～11:30
植田	270	椿体操教室	椿ヶ丘公民館	第1・3土曜日	2		10:30～11:30