

十日町地域

令和8年4月現在

| | 地区 | 団体名 | 会場 | 実施頻度 | 実施内容 | | | |
|----|--------|------------------|----------------|------|------|----------|-----|---|
| | | | | | 運動 | レクリエーション | 茶話会 | その他 |
| 1 | 十日町 | ふれあいいいきサロン「ゆったり」 | 東部会館 | 週1 | ○ | ○ | ○ | 音読 |
| 2 | 十日町 | 西部地区振興会 | 西部会館 | 年4 | ○ | ○ | | 健康講話、防災講話等、健康体操、ゲーム |
| 3 | 十日町 | 西華体操クラブ | 西部会館 | 週1 | ○ | | | レインボー健康体操、健康講話(認知症予防・転倒予防・熱中症・ヒートショック予防など) |
| 4 | 十日町 | 東部健骨体操教室 | 東部会館 | 週1 | ○ | | | レインボー健康体操、健康講話(認知症予防・転倒予防・熱中症・ヒートショック予防など) |
| 5 | 十日町 | 三ツ葉会けんこつ体操教室 | サンクロス | 週1 | ○ | | | |
| 6 | 十日町 | ハナミズキの会 | 総合体育館 | 週1 | ○ | | | |
| 7 | 十日町 | 自力整体教室 | サンクロス十日町 | 月2 | ○ | | | |
| 8 | 十日町 | たっしょもん会 | 三好園四ツ宮 | 月1 | ○ | ○ | ○ | ボッチャ、オカリナ演奏会・みんなで歌いましょう会 |
| 9 | 十日町 | WCG健康クラブ | 丸山町集会所 | 週1 | ○ | | | 男性ばかりの教室です |
| 10 | 十日町 | けんこついきいきくらぶ | アップルとおかまち | 月4 | ○ | | | 講師によるレインボー健康体操 |
| 11 | 新座・大井田 | さくら会 | 大井田コミュニティセンター | 月1 | ○ | ○ | ○ | お花見、忘年会 |
| 12 | 新座・大井田 | 笑栄会 | 尾崎集会場 | 月1 | ○ | ○ | ○ | |
| 13 | 新座・大井田 | 大井田けんこつ体操 | 大井田コミュニティセンター | 週1 | ○ | | | レインボー健康体操、健康講話(認知症予防・転倒予防・熱中症・ヒートショック予防など) |
| 14 | 新座・大井田 | ひまわり会(新座) | 新座コミュニティセンター | 週1 | ○ | | | レインボー健康体操、健康講話(認知症予防・転倒予防・熱中症・ヒートショック予防など) |
| 15 | 新座・大井田 | ひまわり会(四日町新田) | 四日町新田市営住宅集会所 | 月1 | ○ | ○ | ○ | お花見、忘年会 |
| 16 | 新座・大井田 | あちこたね | 新座コミュニティセンター | 週1 | ○ | | | |
| 17 | 新座・大井田 | しんぎお楽しみ会 | NPO法人しんぎ風の谷事業所 | 年6 | ○ | ○ | ○ | |
| 18 | 新座・大井田 | よらね会 | 五軒新田集会所 | 月1 | ○ | ○ | ○ | 地域行事(七草念佛) |
| 19 | 新座・大井田 | げんき会 | 三好園しんぎ | 月2 | ○ | ○ | | 花見、外部講師による健康講話・実技 |
| 20 | 川治 | 城南楽笑クラブ | 城之古第三集会所 | 週1 | ○ | ○ | ○ | |
| 21 | 川治 | 高山転倒予防サークルわかば会 | 高山コミュニティセンター | 週1 | ○ | | | |
| 22 | 川治 | 虹の会 | 高山コミュニティセンター | 月2 | ○ | ○ | ○ | 講演、軽体操、食事会、大正琴の鑑賞会 |
| 23 | 水沢 | ドレミの会 | 水沢地区市民センター | 月2 | | | | 合唱 |
| 24 | 水沢 | チームげんき伊達え | 伊達公会堂 | 週1 | ○ | | ○ | 納涼会、忘年会 |
| 25 | 水沢 | 土市たいそうの会 | 土市集会所 | 月4 | ○ | | | |
| 26 | 水沢 | 太田島ことぶきクラブ | 太田島集会所・太田島公園 | 月2 | ○ | ○ | ○ | ボランティア活動、環境保全活動、交通安全研修等 |
| 27 | 水沢 | まんさくの会 | 水沢公民館 | 月1 | ○ | ○ | ○ | 10分位の運動(簡単な体操・ストレッチ・口の体操)、踊りの披露、フラ披露、レク、昼食会 |

| | 地区 | 団体名 | 会場 | 実施頻度 | 実施内容 | | | |
|----|----|----------------------------|------------------|------|------|----------|-----|--|
| | | | | | 運動 | レクリエーション | 茶話会 | その他 |
| 28 | 水沢 | レインボーけんこつ体操 | 水沢公民館 | 週1 | ○ | | | 軽体操、ストレッチ |
| 29 | 水沢 | 水沢ロコモサロン | 水沢集会所 | 週1 | ○ | ○ | ○ | 昼食会 |
| 30 | 水沢 | かたくり会 | 太田島集会所 | 月2 | ○ | | | 講師による腰痛予防の軽体操 |
| 31 | 水沢 | まめだ会 | 伊達公会堂 | 月1 | ○ | ○ | ○ | 講師依頼で健康談話、出かけてカラオケ、季節の行事、年2-3回昼食会 |
| 32 | 吉田 | 小泉らくらく会介護予防体操教室 | 小泉集落センター | 月2 | ○ | | | |
| 33 | 吉田 | 南鏡坂けんこつ体操教室 | 南鏡坂集会所 | 週1 | ○ | | | |
| 34 | 中条 | 中条新田介護予防運動サロン | 中条新田集会所 | 月2 | ○ | ○ | ○ | 年2回程度お楽しみ会 |
| 35 | 中条 | 上原体操クラブ | 桂会館 | 週1 | ○ | | | レインボー健康体操、健康講話(認知症予防・転倒予防・熱中症・ヒートショック予防など) |
| 36 | 中条 | 転倒予防教室きんよう会 | 中町会館 | 週1 | ○ | ○ | ○ | 脳刺激筋刺激体操、レインボー健康体操 |
| 37 | 中条 | くすだま会 | 太子堂構造改善センター | 週1 | ○ | ○ | ○ | けんこつ体操 |
| 38 | 下条 | 上新田けんこつの会 | 上新田自治会館 | 月2 | ○ | | | |
| 39 | 下条 | 上新田体操の会 | 上新田自治会館 | 月2 | ○ | | | |
| 40 | 下条 | 上新田地区ふれあいいいききサロン | 上新田自治会館 | 月2 | ○ | | ○ | |
| 41 | 下条 | となりん家 | 下条上組分館 | 月2 | ○ | ○ | ○ | 各種イベントの開催、各種講座の開催、フリマ |
| 42 | 下条 | あじさいクラブ | 上組分館(原集落センター) | 月2 | ○ | | | |
| 43 | 下条 | はちゃね! 広場(下条くらしづくりネットワークの会) | 利雪親雪総合センター(みよし館) | 月2 | ○ | | ○ | 参加者が自由に活動 |
| 44 | 下条 | サロンはればれ会 | 下条公民館 | 月1 | | ○ | ○ | |