

百歳体操 開催サロン

柏原市内で実施されている百歳体操の
サロニー覧表です。(R6年6月末現在)
参加希望や興味のある方はお気軽に
柏原市地域包括支援センター（高齢者いきいき元気センター）
TEL 072-970-3100
までご連絡下さい。



柏原・堅下エリア

サークルなでしこ

場所： 法善寺老人憩いの家緑寿苑
法善寺2-13-7
日時： 毎週(月)13:30~14:30
対象者 どなたでも可
内容： 百歳体操、口腔体操等
参加費 無料

安堂お元気サロン

場所： 安堂会館
安堂町11-4
日時： 毎月第1・3(木)14:00~15:00
対象者 どなたでも可
内容： 百歳体操など、第3(木)は講師
参加費 月200円

いきいき百歳体操

場所： 本郷総合会館老人いこいの家
本郷2-1-13
日時： 毎月第1・3(火)13:30~14:30
(14:00~14:30 エピソード会)
8月・1月は休み
対象者 どなたでも可
内容： 百歳体操、口腔体操
参加費 無料

上市フラワーサロン

場所：上市老人憩いの家
上市2-1-11
日時：毎週(水)13:30～14:30
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操、講師による介護予防体操
参加費：月500円

なかよし会

場所：柏原西コミュニティ会館
大正3-9-20
日時：毎月第1・3(木) 14:00～15:00
第2・4(月) 14:00～15:00
対象者：どなたでも可、要相談
内容：百歳体操、八尾河内音頭健康体操
参加費：無料

河原住宅福寿会

場所：府営柏原河原住宅集会所
河原町1-2 2号棟1階
日時：週3回(火)・(木)・(土)10:00～ ラジオ体操
第1(水)10:00～11:00 百歳体操
第3(水)13:00～13:30 百歳体操
第3(水)13:30～14:30 フレイルロコモ受講
対象者：どなたでも可。要相談
参加費：無料

ハイツ柏原

場所：ハイツ柏原集会所
上市1-3-35
日時：毎月第1・3(木)13:00～14:00
対象者：ハイツ柏原在住の方
内容：百歳体操、八尾河内音頭健康体操
参加費：無料

ハナミズキ

場所：山ノ井老人憩いの家 清水館
山ノ井5-11
日時：毎週(火) 10:00～11:00
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操、口腔体操、セラバンド
参加費：無料

いきいき元気古町サロン

場所：柏原南コミュニティ会館
古町2-8-38
日時：毎月第1・3(金) 13:30～15:00
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操やレクリエーション
参加費：無料

大正西長寿会

場所：大正会館
日時：開催月調整中 13:00～14:30
対象者：老人会
内容：総会后100歳体操
参加費：無料

オガタ通り商店街

場所：ふれあい館オガタ館
日時：第1・3(水) 14:00～15:00
対象者：どなたでも可
内容：100歳体操
参加費：無料

木の实サロン

場所：喫茶木の实
日時：毎週(月) 10:00～11:00
対象者：どなたでも可
内容：100歳体操 八尾河内音頭健康体操 童謡歌唱
参加費：月500円(光熱費代)

青山台自治会

場所：青山台会館

高井田1020-47

日時：毎週(火) 13:30~14:30

対象者：青山台在住の方

内容：百歳体操、八尾河内音頭健康体操

参加費：無料

法善寺福寿会・四葉会合同

場所：法善寺文化会館

法善寺4-2-14

日時：毎週(水) 13:00~14:00

対象者：どなたでも可

内容：DVDを見ながらの体操、百歳体操など

参加費：1回100円

ほのぼのかたしも

場所：ほのぼのかたしも

平野1-12-1

日時：毎月第1・3(木) 10:00~11:00

対象者：どなたでも可

内容：百歳体操、八尾河内音頭健康体操など

参加費：無料

法南松寿会

場所：法善寺1町目1区会館

法善寺1-4-18

日時：毎月第1・3(月) 13:00~14:00

7~9月は第1(月)のみ

対象者：町会の方

内容：百歳体操

参加費：無料

朝光会

場所：法善寺老人会館
法善寺3-907-2
日時：毎週水曜 13:30～14:30
対象者：老人クラブの方、近隣の方（要相談）
内容：百歳体操や口腔体操など
参加費：無料

大県長生クラブ

場所：大県東老人会館
大県3-3-26
日時：毎週(日) 10:00～11:00
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操や手芸、歌など
参加費：無料

太平寺安明寺

場所：ビハーラの家
太平寺2-5-9
日時：週1回 第1・3・5(火) 10:00～11:00
第2・4(火) 14:00～15:00
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操、ラジオ体操、口腔体操
午後の回は、お茶会あり。
参加費：無料

法二三和会

場所：法善寺2丁目会館
法善寺2-7-8
日時：毎月第2・4(月) 13:30～14:30
対象者：老人会加入者
内容：百歳体操、八尾河内音頭健康体操など
参加費：無料

高井田福祉委員会自治会

場所：高井田自治会館
高井田1591-9
日時：毎月第2・4(木)10:30~11:30
対象者：自治会加入者
内容：百歳体操、体操講師
参加費：自治会年会費が必要

法老会

場所：つつみのさと会館
法善寺1-11-24
日時：毎週(土)10:00~11:00
対象者：法善寺地区の方
内容：100歳体操、ラジオ体操
参加費：無料

ぶどうが丘ハイツ

場所：ぶどうが丘ハイツ集会所
平野1-12-1
日時：毎週(水)10:00~11:00
対象者：どなたでも可
内容：100歳体操、ボケ防止体操、口腔体操
参加費：無料

西大県友の会(現在休止中)

堅下北地区福祉委員会(現在休止中)

国分エリア地区

ひまわり会

場所：南旭ヶ丘会館
旭ヶ丘2-8-18
日時：毎月第2・4(月) 9:00～10:00
対象者：旭ヶ丘2丁目2区町会の方、旭ヶ丘第二恵会の方
内容：百歳体操、お茶会
参加費：1回100円（お茶代）
その他：8月、年末年始は休み

旭ヶ丘いきいき体操

場所：旭ヶ丘府営住宅集会所
旭ヶ丘3-11
日時：毎週(水)・(土) 13:30～15:00
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操や口腔体操、頭の体操など
参加費：無料

旭ヶ丘3丁目2区町会

場所：旭ヶ丘3丁目2区町会会館
旭ヶ丘3-1-91
日時：毎週 (火) 10:00～11:00
(土) 14:00～15:00
対象者：旭ヶ丘3丁目2区町会在住の方
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操など。第3(木)は講師
参加費：月200円

あすなろサロン

場所：旭ヶ丘3丁目1区会館
旭ヶ丘3-8-29
日時：毎週(火) 13:30～14:30
対象者：どなたでも可
内容：健康や介護予防に関する
プログラムや百歳体操

石川町はつらつクラブ

場所：石川町老人会館
石川町5-2
日時：毎週(土)10:30~11:30
対象者：地域の方
内容：百歳体操、口腔体操など
参加費：無料

国分本町7丁目第2町会

場所：東春日台会館
国分本町7-9
日時：毎月第3(木)14:00~15:00
対象者：町会の方
内容：百歳体操
参加費：無料

旭ヶ丘一丁目福祉委員会

場所：旭ヶ丘1丁目会館
旭ヶ丘1-7-60
日時：毎週(月)10:00~11:00
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操など
参加費：無料

旭ヶ丘第一恵会

場所：あさひが丘会館
旭ヶ丘2-5-43
日時：毎月第1(木)13:00~15:00
対象者：老人クラブの方
内容：百歳体操、カラオケなど
参加費：年1,200円

田辺イチゴ

場所：田辺ちびっ子老人憩いの広場

田辺2-3-1

日時：毎週(水)・(土)9:00~40分ほど、雨天中止

対象者：町内会在住の方

内容：百歳体操、ラジオ体操、脳トシなど

参加費：無料

国分東地区福祉委員会

場所：ふれあいの家ほのぼの

国分本町7-10-87

日時：ほのぼのサロンは月3~4回

主に(火)・(金)10:00~15:00

午前：百歳体操 午後：レクリエーション

対象：国分東地区在住、自力で通所できる方

参加費：100円 昼食別途400円

めざせ百歳の会

場所：旭ヶ丘3・4丁目会館

旭ヶ丘4-1-3

日時：毎週(月)13:30~14:30

対象者：どなたでも可

内容：百歳体操など、月末にお茶会

参加費：月100円

青谷福寿会 青谷サロン

場所：堅上コミュニティ会館

青谷2072

日時：毎月第3(水)13:30~15:00

対象者：いきいき元気センターへ問い合わせ

内容：ボランティアさんによる体操や歌

参加費：いきいき元気センターへ問い合わせ

田辺いきいき百体サークル

場所：田辺第一老人会館
田辺1-11-20
日時：第2・4(水)13:30~14:30
対象者：どなたでも可
内容：百歳体操など

玉手コミュニティ会館百歳体操

場所：玉手コミュニティ会館
玉手町9-1
日時：毎週(水)10:00~11:00
対象者：誰でも可(町会員が望ましい)
内容：百歳体操、早口言葉
参加費：無料

玉手山町会

場所：玉手山会館
玉手町4-70
日時：毎週(金)10:00~11:00
対象者：誰でも可
内容：百歳体操、ストレッチ、早口言葉等
参加費：無料

柏翠園

場所：柏翠園老人会館
国分東条町29
日時：毎月5のつく日13:30~14:30
対象者：会館まで自分で来られる方
内容：百歳体操、茶話会
参加費：無料

雁多尾畑(もみじ会)

場所：上町総合会館
雁多尾畑2281
日時：毎月第2(火)10:00~15:00
対象者：会館まで自分で来られる方
内容：百歳体操、その他
参加費：1,000円(お弁当付き)

若葉会(円明府営住宅)

場所：円明府営住宅
柏原市円明町14-2
日時：毎月第2(日)11:00~
対象者：円明府営住宅の方
内容：百歳体操、カラオケその他
参加費：いきいき元気センターへ問い合わせ

国分本町新町会館

場所：国分本町新町会館
国分本町3-8-10
日時：第2・4(日)9:00~9:30
対象者：いきいき元気センターへ問い合わせ
内容：百歳体操
参加費：いきいき元気センターへ問い合わせ

国分東条町

場所：東条町青年会館
国分東条町20-25
日時：毎週(月)14:00~15:00
対象者：会館まで自分で来れる地域の方
内容：百歳体操など
参加費：無料

芝山住宅百歳体操

場所：府営芝山住宅
国分市場1-6-1
日時：第2(日)13:30~15:00
対象者：町会の方
内容：百歳体操、買い物ツアー、自由相談会
参加費：無料