

# 小美玉市シルバーリハビリ体操教室一覧表

＜小美玉市シルバーリハビリ体操指導士会＞  
令和7年4月現在

	名称	開催場所	回数	開催日	時間
	シルバーリハビリ体操教室 ※指導士会主催の体操教室 (旧ふれあい大学)	やすらぎの里小川	月2回	第2第4水曜日 (毎年度6月開講予定)	60分
	陽だまりサロン	飯前公民館	月1回	第2土曜日	60分
	橋向サロン	橋向公民館	月1回	不定期	30分
	なかよしクラブ	本田町公民館	週1回以上	毎週火曜日	60分
	スマイルサロン	小川保健相談センター	週1回以上	毎週月曜日	60分
	倉数老人クラブ	倉数公民館	月1回	不定期	60分
	すこやかサロン	下馬場公民館	月1回	第2水曜日	30分
	ほんでんサロン	下吉影本田公民館	月1回	第3木曜日	30分
	中根いきいきサロン	中根公民館	月2回以上	第2第4土曜日	60分
	さくらんぼサロン	二本松公民館	週1回以上	毎週木曜日	60分
	サロンひよっこ	隠谷公民館	月1回	第4木曜日	60分
	外ノ内いきいきサロン	外ノ内公民館	月1回	第3金曜日	60分
	ふれあいサロンきのこ	田中台公民館	月2回以上	月曜日	45分
	おもいでづくりサロン	羽木上新農村集落センター	週1回以上	毎週土曜日	60分
美野里地区	江戸住宅サロン	江戸住宅コミュニティセンター	週1回以上	火、木曜日	60分
	堅倉老人会	堅倉集落センター	月1回	毎月1日	30分
	ゆうあいサロン堅倉	堅倉集落センター	月1回	不定期	30分
	小岩戸老人会	小岩戸集落センター	月2回以上	第1第3土曜日	60分
	清風台サロン	清風台公民館	月2回以上	第2第4木曜日	60分
	西郷地生き生き健友会	西郷地公民館	月1回	毎月15日	120分
	十二所手芸クラブ	十二所公民館	月1回	第1月曜日	30分
	十二所体操教室	十二所公民館	月2回以上	第2第4水曜日	60分
	北浦体操クラブ	北浦公民館	週1回以上	木曜日	60分
	北浦ふれあい・いきいきサロン	北浦公民館	月1回	不定期	60分
	花館体操教室	花館コミュニティセンター	月2回以上	第2第4水曜日	60分
	旭区サロン	旭区コミュニティセンター	月1回	不定期	30分
玉里地区	新高浜シニアクラブ	新高浜会館	月1回	不定期	45分
	ひまわりサロン	玉里保健福祉センター	週1回以上	水曜日	90分
	中台サロン	中台地区集落センター	月1回	第4土曜日	60分
	岡いきいきサロン	玉川地区学習等共用施設	月1回	不定期	60分
	なのはなサロン	高崎集落センター	月1回	不定期	60分