

名瀬地区 地域健康教室・ころばん体操教室 一覧

	地区	会場	曜日・時間
上方地区	芦花部	芦花部公民館	毎週火曜日 午後2:00~4:00
	有良	有良児童館	第1・3水曜日 午後2:00~4:00
	浦上	浦上公民館	毎週金曜日 午前9:30~11:30
	朝日町	朝日自治会館	毎週水曜日 午後2:00~4:00
	有屋	有屋公民館	毎週木曜日 午前9:30~11:30
	大熊	大熊公民館	毎週木曜日 午後2:00~3:30
	仲勝町	仲勝公民館	毎週水曜日 午後1:30~4:00
	鳩浜町	鳩浜集会場	毎週月曜日 午後2:00~4:00
	有屋町	代表者様宅	毎週木曜日 午後2:00~3:30
下方地区	朝仁町	朝仁児童館	第2・4月曜日 午後2:00~4:00
	朝仁新町	朝仁新町集会場	第1・3水曜日 午後2:00~3:30
	根瀬部	根瀬部公民館	第2日曜日・第4土曜日 午後2:00~4:00
	朝仁新町	朝仁新町集会場	毎週木曜日 午後2:00~4:00
	朝仁新町	宮久田集会場	毎週金曜日 午後2:00~4:00
	平松	平松集会場	毎週木曜日 午後2:00~3:30
	浜里	浜里集会場	毎週火曜日 午後2:00~4:00
	知名瀬	知名瀬公民館	毎週土曜日 午前10:00~11:30
	小宿里	里公民館	毎週土曜日 午後1:30~4:00
	小宿	小宿公民館	毎週木曜日 午後2:00~4:00

	地区	会場	曜日・時間
古見方地区	崎原	崎原集会場	第1・3水曜日 午後2:00~4:00
	西田	西田公民館	毎週木曜日 午前9:30~11:30
	小湊	小湊保健福祉館	第1・3水曜日 午後2:00~4:00
	小湊	小湊保健福祉館	第2・4金曜日 午後2:00~3:30
	伊津部勝	伊津部勝公民館	毎週火曜日 午後2:00~4:00
	前勝	前勝公民館	毎週火曜日 午後1:30~4:00
	名瀬勝	名瀬勝公民館	毎週金曜日 午後3:00~4:30
	小浜町	東ヶ丘自治会集会場	第1・3火曜日 午後2:00~4:00
	小浜町	東ヶ丘自治会集会場	第2・4火曜日 午後2:00~3:30
伊津部地区	佐大熊町	上佐大熊集会場	毎週水曜日 午後1:30~3:00
	佐大熊町	下佐大熊集会室	毎週木曜日 午後2:00~4:00
	港町	港町児童会館	第2・4火曜日 午後2:00~4:00
	長浜町	生協会館(嘉川病院跡)	第1・3水曜日 午後2:00~4:00
	井根町	保健センター	第3火曜日 午後2:00~4:00
金久地区	長浜町	長浜中央自治集会場	第1・3土曜日 午後2:00~3:30
	塩浜町	塩浜集会場(コミュニティセンター)	第2・4木曜日 午後2:00~4:00
	柳町	柳町集会場	第1・3火曜日 午後2:00~4:00
	矢之脇町	矢之脇自治会館	第2・4月曜日 午前9:30~11:30
	井根町	谷村サロン	毎週金曜日 午前10:00~11:30

	地区	会場	曜日・時間
金久地区	柳町	保健センター	毎週月曜日 午後2:00~4:00
	金久	フレッシュミート店内	毎週月曜日 午後3:00~4:30
	長浜町	長浜中央自治集会場	毎週火曜日 午前10:00~11:30
	長浜	老人福祉会館	毎週月曜日 午後2:00~3:30
	幸町	交流センター	毎週水曜日 午前9:10~11:00
	小俣町	小俣集会場(旧県立図書館)	第1・3火曜日 午後2:00~3:30
	真名津町	真名津市営住宅集会場	第1・3木曜日 午後2:00~4:00
	春日町	春日集会場	第2・4木曜日 午後2:00~4:00
	久里町	配田が丘きよら館	第1・3水曜日 午後2:00~4:00
	安勝町	新川ふれあい館	毎週木曜日 午前10:00~11:30
奄美地区	安勝町	新川ふれあい館	毎週金曜日 午後2:00~4:00
	小俣	小俣集会場	毎週月曜日 午前10:00~11:30
	春日	田雲集会場	毎週月曜日 午後2:00~4:00
	平田	平田町第1自治会集会場	毎週水曜日 午後2:00~4:00
	平田	平田生産団地集会場	毎週木曜日 午前10:00~12:00
	平田	平田青空自治会ゆらい処	毎週水曜日 午前10:00~12:00

男性限定	地区	会場	曜日・時間
	末広町	AIAIひろば	第2・4水曜日 午後1:30~3:00
	安勝町	新川ふれあい館(会議室)	第3水曜日 午後1:00~3:00
	安勝町	新川ふれあい館(料理教室)	第1水曜日 午前9:00~13:00



名瀬地区では現在、地域健康教室が3ヶ所、ころばん体操教室が2ヶ所（休会中を含む）が活躍しています。

体操だけではなく、仲間づくりやゆらいの場所として活動しています。
ぜひ気軽にのぞいてみてください！

参加する場所によって内容が変わるので
参加希望の方はお問い合わせ先までご連絡ください

奄美市役所 高齢者福祉課 電話52-1111(内線:5033)