



中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	スト レッチ	筋力 トレ	脳力 トレ	レク
逢妻	千歳会筋トレクラブ	月2回	第1・3木曜日	9:30~10:30	千足町区民会館	○	○		
逢妻	宮口一色青葉会	月4回	10日、20日、30日 (15日清掃日)	13:30~15:00	宮口一色区民会館				○
逢妻	わかばアップ（元気アップ教室）	月1回	第4火曜日	10:00~12:00	宮口上区民会館	○	○	○	○
逢妻	宮新スマイルアップ	月2回	第1・3金曜日	10:00~11:30	宮口新田公会堂	○	○		○
逢妻	本地健康サークル	月2回	第1・3木曜日	9:30~11:30	本地行田池ホール	○	○	○	○
逢妻	本地新田ふれあい元気クラブ	月2回	第1・3水曜日	14:00~16:00	本地新田区民会館	○	○	○	○
逢妻	ひまわり会	月2回	第2火曜日	10:00~11:30	宮口上住宅集会所	○		○	
逢妻	逢妻アップ	月4回	毎週木曜日	9:30~11:30	逢妻交流館	○	○	○	○
朝日丘	下市場豊寿会体力アップクラブ	月1回	第2月曜日	10:00~12:00	下市場区民会館	○	○	○	○
朝日丘	金谷元気アップクラブ	月2回	第1・3木曜日	13:00~14:30	金谷区民会館	○	○	○	○
朝日丘	さわやか教室	月2回	第2・4木曜日	14:00~15:30	豊田市福祉センター	○	○	○	
朝日丘	ゆうがく会	月1回	第4水曜日	13:00~17:00	豊田市福祉センター	○		○	
梅坪台	東梅坪元気アップ教室	月4回	毎週水曜日	9:30~11:00	東梅坪自治区会館	○	○	○	○
梅坪台	梅坪寿会高齢者クラブ	月2回	第2、4水曜日	9:30~11:00	梅坪町区民会館	○		○	○
梅坪台	元気アップ京福	月2~3回	第1・3・5月曜日	9:30~11:30	京町区民会館	○	○	○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
梅坪台	上原元気隊	月2回	第1・3水曜日	13:30~14:30	上原区民会館	○	○	○	
浄水	はなみずき元気連	月2回	第2・4水曜日	13:30~15:00	浄水町西集会所	○	○	○	○
崇化館	ころばんレディース	月4回	毎週火曜日	13:00~15:00	スカイホール豊田	○	○	○	
崇化館	平芝自主クラブ「日の出会」	月2回	第2・4水曜日	10:00~11:30	平芝自治区民会館	○	○	○	○
崇化館	陣中元気アップ教室	月2~3回	第1・3金曜日	13:30~15:00	陣中自治区会館	○	○	○	○
崇化館	一区元気アップ健康づくり	月1回	第3火曜日	10:30~12:00	一区区民会館	○	○	○	○
崇化館	ふれあいサロン ゆう遊会	月1回	第3水曜日	13:00~14:30	平芝前区民会館	○	○	○	○
崇化館	西区元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	10:00~11:30	西区区民会館	○	○	○	○
崇化館	二区西部元気アップ教室	月1回	第3火曜日	10:30~12:00	二区西部区民会館大ホール	○	○	○	○
豊南	平山元気アップ教室	月2回	第2・4火曜日	10:00~12:00	平山集会所	○		○	○
豊南	丸山元気アップ教室	月1回	第2水曜日	13:30~15:00	丸山区民会館	○	○		○
豊南	地域サロンおしゃべり会	月1~2回	第1・3水曜日	9:30~11:30	下野見児童館 1階	○	○	○	○
豊南	健康アップ	月4回	毎週木曜日(第5は休)	13:00~15:00	豊南交流館	○	○	○	
豊南	さわやか体操	月3~4回	第3を除く金曜日	9:30~11:30	豊南交流館 大会議室	○	○	○	○
高橋	寺部元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	10:00~11:30	寺部公民館	○	○	○	○
高橋	京ヶ峰元気アップ教室	月2回	第2・4金曜日	13:30~15:30	京ヶ峰分譲憩の家	○	○	○	○
高橋	元気アップ上野	月2回	第1・3火曜日	14:00~16:00	上野自治区民会館	○	○	○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
高橋	市木元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	9:30~11:00	市木町第1区民会館	○	○	○	○
益富	五ヶ丘西高齢者クラブ豊五会	月4回	毎週金曜日	9:30~11:00	五ヶ丘第一自治区集会所	○	○	○	
益富	KGP元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	10:00~12:00	古瀬間グリーンパーク集会所	○	○	○	○
益富	クローバーハウス元気アップ教室	月2回	火曜日(隔週)	14:00~15:30	五ヶ丘第4自治区集会所	○	○	○	○
益富	高齢者クラブ 古瀬間みのり会	月1回	原則毎月25日	9:00~11:00	古瀬間区民会館			○	○
益富	泉元気アップ教室	月2回	第2・4月曜日	10:00~12:00	泉町区民会館	○	○	○	○
益富	五ヶ丘第2自治区「元気アップ・プラス」	月2回	第2・4木曜日	9:00~11:30	五ヶ丘第2自治区集会所	○	○	○	○
益富	志賀元気アップクラブ	月2回	第2・4月曜日	14:00~15:30	志賀町区民会館	○	○	○	○
益富	しいのきふれあいサロン茶話会	月2回	第1・3水曜日	13:30~15:30	第8自治区集会所（しいのきハウス）	○	○	○	○
益富	益富元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	13:00~14:30	益富交流館 大会議室	○	○	○	○
美里	ふれあい法眼の里（野見自治区）	月2回	第2・3土曜日	10:00~12:00	野見区民会館	○	○		○
美里	美里一区元気アップクラブ	月2回	第1・3水曜日	10:00~12:00	美里一区区民会館	○	○	○	○
美里	かみいけ健幸づくりサークル	月2回	第1・3金曜日	9:30~12:00	神池区民会館	○	○	○	○
美里	東山町元気アップ会	月3~2回	第1・2・5金曜日	10:00~12:00	東山町中央集会所	○	○	○	○
美里	美里四区元気アップ倶楽部	月2回	第2・4火曜日	10:00~12:00	美里四区第1区民会館	○	○	○	○
美里	御立PSG（ヒン・ヤン・元気）倶楽部	月2回	第2・4水曜日	9:45~11:45	御立児童館	○	○	○	
美里	森 元気くらぶ	月2回	第2・4月曜日	10:00~11:30	森児童館	○	○	○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
美里	美里二区元気アップ教室	月2回	第1・3月曜日	10:00~12:00	美里二区区民会館	○	○	○	○
美里	広川生き生きC l u b	月2回	第1・3月曜日	10:00~11:30	広川町区民会館	○	○	○	○
美里	県営神池元気アップ会	月2回	第2・4木曜日	10:00~11:30	県営神池集会所	○	○		
美里	わくわく元気同好会	月2回	第2・4木曜日	10:00~12:00	美里交流館 大会議室	○	○	○	○
松平	元気いっぱい坂上会	月2回	第2・4水曜日	13:30~15:00	坂上町公民館	○	○	○	○
松平	元気かーい!	月1回	第3日曜日	10:00~11:30	林添区民会館	○	○	○	○
松平	げんきーず石楠	月2回	第1・3月曜日(変更あり)	9:30~11:00	石楠公民館	○	○	○	○
松平	楽しく元気アップ大内	月2回	第2・4木曜日	10:00~12:00	大内町公民館	○	○	○	○
松平	長慶クラブ 元気アップ	月1回	第2土曜日	10:00~12:00	松平志賀町 区民会館	○	○	○	○
松平	元気アップ幸海	月1回	第4水曜日	13:30~15:00	幸海集会所	○	○	○	○
松平	豊松元気かーい	月1回	第2水曜日	14:00~15:30	豊松区民会館	○	○		○
旭	田津原なかよしサロン	月2回	第1・3水曜日	13:30~15:30	田津原集会場	○	○	○	○
旭	あさの会	月1回	第1火曜日	13:30~15:30	浅野会館		○	○	○
旭	ぬくもり会	月1回	第2火曜日	9:30~11:30	笹戸会館	○	○	○	○
旭	さわやかクラブ	月4回	毎週火曜日	14:00~16:00	築羽会館	○	○		○
旭	下切フレンドリー	月1回	毎月21日	9:00~11:30	下切公民館	○	○	○	○
旭	喜怒哀楽	月1回	第4水曜日	10:00~12:00	杉本公民館	○		○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
旭	小渡おいでん会	月1回	第3月曜日	10:00~12:00	小渡公民館	○	○	○	○
旭	メグ友会	月1回	第3金曜日	13:30~16:00	敷島会館	○	○		○
足助	明和健康クラブ	月1回	第1木曜日	9:30~11:00	明川集会所	○	○	○	○
足助	かわも会	月1回	第3水曜日	13:30~15:30	川面上切集会所	○	○	○	○
足助	ふみづき会	月3~4回	毎週火曜日	9:30~11:00	久木館	○		○	
足助	煌めき会	月1回	第2木曜日	10:00~12:00	国谷集会所	○	○	○	○
足助	実栗やまぼうし会	月1回	第3木曜日	13:30~15:30	実栗町集会所	○	○	○	○
足助	ささゆりの会	月1回	第4火曜日	10:00~12:00	大河原ふるさと館	○			○
足助	亀の子会	2か月に1回	第2火曜日	10:00~12:00	大和集会所	○	○	○	○
稲武	三月会	月1回	第1月曜日	9:30~11:30	黒田集会所	○	○	○	○
稲武	桑原ふれあい会	月1回	第3金曜日	13:30~15:30	桑原ふれあいプラザ	○	○	○	○
稲武	しゃくなげ会	月1回	第2水曜日	13:30~15:30	大野瀬地区多目的研修集会施設		○	○	○
稲武	青佐クラブ	月1回	第3火曜日	13:30~15:30	御所貝津老人憩いの家	○	○	○	○
稲武	もみの木会	月1回	第4金曜日	10:00~12:00	野入集会所	○	○	○	○
稲武	さとやま会	月1回	第2金曜日	13:30~15:00	小田木老人憩の家	○	○	○	○
稲武	あじさいクラブ	月1回	第1水曜日	9:30~11:30	生活改善センター	○		○	○
稲武	サロン・DO・えんがわ	月1回	第2金曜日	13:30~15:00	稲武町自治区会館	○		○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
稲武	夏焼オアシス	月1回	第2月曜日	10:00~12:00	夏焼集会所	○		○	○
小原	はっぴー名水会	月2回	第1・3水曜日	13:30~15:30	大平児童館	○	○	○	○
小原	にこにこフレンド	月1回	第3月曜日	13:30~15:00	勤労者研修センター	○	○	○	
小原	大イチョウ会	月2回	第1・3火曜日	13:30~15:00	大倉公民館	○		○	○
小原	陽だまり会	月1回	第3水曜日	13:30~15:00	農業者健康管理センター	○	○	○	○
小原	よつばゲンキーズ	月1回	第4水曜日	13:30~15:30	西部集会所	○	○	○	○
小原	矢作ほのぼのJ.B.	月1回	第3金曜日	10:00~12:00	矢作区集会所	○		○	○
小原	三ツ久保ふれあいサロン	月1回	第3金曜日	9:30~11:30	三ツ久保集会所	○	○	○	○
小原	元気アップ四季桜	月2回	第2・4木曜日	13:00~15:00	小原交流館	○	○	○	○
小原	東郷おしゃべり会	月1回	第3月曜日	13:30~15:30	東郷町大辻集会所			○	○
下山	和合楽生会	月1回	第2火曜日	9:30~11:00	下山保健福祉センターまどいの丘		○	○	○
下山	羽布ひまわり会	月1回	第2木曜日	13:30~15:00	羽布集会場			○	○
下山	よらまい会	月2回	第1木曜日 第3水曜日	第1木 10:00~14:00 第3水 13:30~15:30	東大林町集会所	○	○	○	○
下山	黒坂を元気にする会	月1回	第1火曜日	13:30~15:00	黒坂集落センター	○	○	○	
下山	すみれ会	月1回	第3木曜日	13:30~15:00	大沼自治区集会所	○	○	○	○
上郷	川田体力アップ教室	月1回	第3月曜日	10:00~11:30	川田区民会館	○			○
上郷	柘塚西町体力アップ教室	月2回	第2・4木曜日	9:30~11:00	柘塚西町区民会館	○	○	○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
上郷	ハッピー上郷	月2回	第1・3金曜日	9:30~11:30	上郷大成区民会館		○	○	○
上郷	福受元気アップ教室	月1回	第3水曜日	13:30~15:00	福受町区民会館	○	○	○	○
上郷	宗定わかば会	月2回	第1・3月曜日	10:00~11:00	宗定公民館	○	○		
上郷	中和会ふれあいサロン	月1回	第2木曜日	10:00~11:30	中和会区民会館	○	○	○	
末野原	豊栄1区体力アップ教室	月2回	第2・4木曜日	9:30~11:00	豊栄第1区民会館	○	○	○	○
末野原	永覚新町 永新会	月2回	第1・3木曜日	9:30~11:00	永覚新町区民会館大ホール	○	○	○	
末野原	元気会	月2回	第2・4木曜日	9:00~11:00	弥栄児童館	○	○	○	○
末野原	豊栄一区ふれあいサロン	月1回	第3木曜日	9:30~11:00	豊栄町一区区民会館大ホール	○	○	○	○
高岡	高美元気教室	月2回	第2・4水曜日	13:30~15:00	高美自治会館	○	○	○	○
高岡	若林元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	10:00~11:30	若林会館	○	○	○	○
高岡	元気アップひまわり（若林）	月2回	第1・3火曜日	10:00~11:30	若林交流館	○		○	○
前林	前林体力アップ教室	月2回	第1・3月曜日	9:30~11:30	前林区民会館	○	○	○	○
前林	堤ぴんころ隊	月2回	第2・4火曜日	10:00~12:00	堤町区民会館	○	○	○	○
前林	高岡町元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	9:30~11:00	高岡町区民会館	○	○	○	○
前林	上丘元気アップ	月2回	第2・4月曜日	9:30~11:00	上丘町児童館	○	○	○	○
前林	いきいき大島	月2回	第2・4金曜日	10:00~11:30	大島町区民会館	○	○	○	○
前林	上丘ふれあい会	月1回	第3金曜日	13:00~15:00	上丘町児童館（上丘神社境内）	○		○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
前林	駒新ふれあいサロン	月3回	第2・3・4金曜日	10:00~12:00	駒新会館	○		○	○
前林	元気アップ前林	月2回	第2・4金曜日	10:00~12:00	前林交流館	○	○		○
前林	元気アップつつみ教室	月2回	第2・4木曜日	10:00~12:00	つつみ園地域包括支援センター 地域交流スペース	○	○	○	○
竜神	東田自治区「緑寿会」	月2回	第2・4木曜日	13:30~15:00	東田自治区民会館				○
竜神	元気アップ本町	月1回	第4木曜日	13:00~16:00	本町第2集会所	○	○	○	○
竜神	グリーンヒルズ	月1回	第3火曜日	13:15~15:15	緑ヶ丘会館	○		○	○
竜神	元気むつみ会	月1回	第1木曜日	9:30~11:30	土橋区民会館	○	○	○	○
竜神	西田町元気隊	月2回	第1・3月曜日	10:00~11:00	西田区民会館	○	○	○	○
竜神	元気アップ竹下	月2回	第2・4火曜日	9:30~11:00	竹下公会堂	○	○	○	○
竜神	たから会	月2回	第1金曜日・第3土曜日	10:00~11:30	竹上区民会館	○	○	○	○
竜神	竜美会	月2回	第2・4土曜日	13:00~15:00	神田集会所	○	○	○	○
竜神	住吉あけぼの会	月1回	第2水曜日	10:00~11:30	竹上区民会館	○	○	○	○
若園	花園元気アップ隊	月2回	第1火・第3水曜日	9:00~11:30	花園町区民会館	○	○	○	○
若園	元気アップ吉原	月2回	第1・3火曜日	10:00~12:00	吉原町第二区民会館	○	○	○	○
若園	中根元気アップ	月2回	第2・4水曜日	10:00~12:00	中根自治区区民会館 2 F	○	○	○	○
若園	元気アップ若園	月2回	第1・3木曜日	9:30~11:30	若園交流館	○	○	○	○
井郷	高町元気アップ教室	月1回	第2火曜日	10:00~12:00	高町区民会館ホール	○	○	○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	ストレッチ	筋力トレ	脳力トレ	レク
井郷	井上にここに倶楽部	月2回	第2・4金曜日	10:00~12:00	井上公民館		○	○	
井郷	御船寿楽会にここにクラブ	月2回	第1・3金曜日	10:00~11:00	御船区民会館	○	○	○	
井郷	下古屋松栄会	月1回	毎月1日	13:30~15:00	下古屋公民館	○	○	○	
石野	なかよしグループ	月4回	毎週金曜日	9:30~11:00	東広瀬町上切自治区区民会館	○	○		
石野	寺下町高齢者元気アップ教室	月1回	第2火曜日	8:00~11:00(5~7月) 9:00~10:00(上記以外) 8月は休み 12月は 12/25(日)に実施	寺下町公民館		○	○	○
石野	遊楽	月1回	第1月曜日	13:00~15:00	中金町公民館	○			○
石野	藤沢老人憩いの家	月1回	第2火曜日	10:00~12:00	藤沢老人憩いの家	○	○	○	○
石野	勘八元気アップ教室	月2回	第1・3水曜日	10:00~12:00	勘八ふれあい会館	○	○	○	○
石野	若鮎体操教室	月2回	第2・4水曜日(12月は1回)	10:00~12:00	石野の里	○	○		○
猿投	かめかめ元気クラブ	月2回	第1・3月曜日	10:00~12:00	亀首児童館	○	○	○	○
猿投	加納町友笑クラブ	月2回	第2・4火曜日	13:00~15:00	加納町区民会館	○	○	○	○
猿投	さなげ台ふれあいサロン	月1回	第2水曜日	10:00~12:00	さなげ台自治区会館	○	○	○	○
猿投	元気アップ猿投北	月2回	第2・4水曜日	10:00~12:00	猿投北交流館	○	○	○	○
猿投台	かざぐるまの会	月2回	第1・3金曜日	17:00~18:30	青木5ふれあい会館	○	○	○	○
猿投台	荒井松嶋会	月1回	第2月曜日	9:30~11:30	荒井児童館 憩いの家	○	○		
猿投台	下越戸元気アップ体操教室	月1回	第4水曜日	10:00~11:30	下越戸児童館	○	○	○	○

中学校区	グループ名	活動頻度	実施曜日	時間	会場	スト レッチ	筋力 トレ	脳力 トレ	レク
猿投台	生き活き青木	月1回	第4木曜日	10:00~11:30	憩いの家 青木5ふれあい会館	○	○	○	○
猿投台	中越戸楽々会	月2回	第1・3火曜日	13:30~15:00	中越戸公民館	○	○		○
猿投台	西広瀬体操教室	月2回	第2・4水曜日	10:00~11:45	西広瀬児童館	○	○		○
猿投台	猿投台元気アップ教室	月2回	第1・3木曜日	13:00~15:00	猿投台交流館	○	○	○	○
保見	緑苑みどり会体力アップサークル	月2回	第1・3水曜日	10:00~11:30	緑苑区区民会館	○	○		
保見	篠原元気アップ	月1回	第4火曜日	10:00~11:30	篠原公民館	○	○	○	○
保見	元気アップ伊保	月2回	第2・4水曜日	10:00~12:00	伊保町区民会館	○	○	○	○
保見	ほっと茶論ひろみ	月2回	第2と最終水曜日(第4or5)	13:30~15:00	広幡公民館	○		○	○
保見	保見ヶ丘六区 にこにこクラブ	月1回	第2水曜日	10:00~11:30	保見ヶ丘六区集会場	○			○
藤岡	ふれあいサロン若葉会	月1回	第3または4木曜日	13:40~15:15	北一色区民会館	○	○	○	○
藤岡	サロン 石飛	月1回	第3木曜日	10:00~12:00	石飛集会所	○	○	○	○
藤岡	みんなで元気	月1回	第2火曜日	9:30~11:30	ふじの里包括支援センター	○	○	○	○
藤岡	キラ アップ教室	月2回	第1・3木曜日	10:00~12:00	藤岡交流館	○	○	○	○