

体操

グループ名	活動内容	活動場所	活動日
	会員数(年齢層)	参加費	
	P R		
3B 体操 滝川サークル	体操	まちづくりセンターみんくる 街なかひろば く・る・る	月 2 回 第 1・3 日曜 10:00～11:30
	10 名 (50 代～70 歳以上)	月 1,500 円	
	音楽に合わせて、道具も使い（ボールなど）楽しくできる健康体操です。		
ストレッチ エクササイズ	軽体操	緑地区コミュニティセンター	月 2 回 第 2・4 木曜 13:30～14:30
	9 名 (60 代～70 歳以上)	1 回 1,000 円	
	体調改善・リフレッシュ等を目的として、無理なく体を動かしています。		
すこやか 体操クラブ	健康体操	街なかひろば く・る・る	週 1 回 火曜 12:30～13:30
	6 名 (60 代～70 歳以上)	1 回 1,500 円	
	楽しい音楽で体を動かすと、心も元気になります。皆様のご参加お待ちしております。		
健美操	体操	本町地区コミュニティセンター	週 1 回 木曜 19:00～20:00
	6 名 (50 代～70 歳以上)	月 2,500 円	
	呼吸法を取り入れ、ゆったり動く健康体操です。少ない人数ですが、楽しく活動しています。		
いきいき百歳体操	百歳体操	幸町地区コミュニティセンター	週 1 回 金曜 10:00～11:00
	22 名 (60 代～70 歳以上)	月 100 円	
	明るく、楽しく、健康に過ごせる様に和気あいあいと体操を頑張っています。笑い声が絶えない教室です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	三世代交流センター北地区分館	週 1 回 金曜 10:00～11:00
	40 名 (60 代～70 歳以上)	月 100 円	
	日々”明るく、楽しく、元気よく”をモットーに。上靴が必要です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	扇町地区コミュニティセンター	週 1 回 月曜 10:00～11:00
	20 名 (60 代～70 歳以上)	月 200 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。上靴が必要です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	北地区コミュニティセンター	週 1 回 木曜 13:30～14:30
	30 名 (70 歳以上)	月 150 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	東滝川地区転作研修センター	週 1 回 木曜 10:00～11:00
	20 名 (60 代～70 歳以上)	月 150 円	
	会員募集中		
いきいき百歳体操	百歳体操	農村環境改善センター	週 1 回 火曜 13:30～14:30
	45 名 (70 歳以上)	月 100 円	
	多くの方々が元気で活動しています。上靴が必要です。		

体操

グループ名	活動内容	活動場所	活動日
	会員数(年齢層)	参加費	
	P R		
いきいき百歳体操	百歳体操	東地区コミュニティセンター	週 1 回 木曜 10:00～11:00
	35 名 (60 代～70 歳以上)	無	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	滝川市スポーツセンター	週 1 回 木曜 13:30～14:30
	30 名 (60 代～70 歳以上)	月 200 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。上靴が必要です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	三世代交流センター	週 1 回 火曜 14:00～15:00
	30 名 (70 歳以上)	月 150 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	中地区コミュニティセンター	週 1 回 木曜 10:00～11:00
	30 名 (70 歳以上)	月 100 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	大町地区コミュニティセンター	週 1 回 水曜 10:00～11:00
	20 名 (60 代～70 歳以上)	月 150 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	まちづくりセンターみんくる	週 1 回 木曜 10:00～11:00
	45 名 (60 代～70 歳以上)	月 150 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	緑地区コミュニティセンター	週 1 回 木曜 13:30～14:30
	20 名 (70 歳以上)	無	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		
いきいき百歳体操	百歳体操	音楽公民館	週 1 回 水曜 10:00～11:00
	25 名 (60 代～70 歳以上)	月 200 円	
	初めての方でもできる簡単な体操です。		