

地区	申請日	事業名	団体名	代表者名	参加申し込み電話番号	開催内容	開催時間	開催場所	開催頻度	開催曜日	
1	加茂名	R8.4.1	認知症にならない名東カフェ	認知症にならない名東カフェ	会長 山下 善正	080-2982-5069	体操、絵画、俳句、コーラス、カラオケ、書道、倫理研修、遠足、昼食などを実施。	10:00~13:00	〒770-0047徳島市名東町3丁目176番地	月4回	毎週木曜日
2	津田	R8.4.1	新浜いきいきクラブ	新浜いきいきクラブ	会長 田中 俊広	088-662-3635	いきいき百歳体操を実施	9:00~10:00	新浜町4丁目3 (新浜町4丁目集会所)	月1	第2火曜日
3	多家良	R8.4.1	丈六楽友会通いの場	丈六卓球クラブ	会長 柏木 貞雄	080-7674-9506	卓球を実施	13:00~15:00	丈六町八万免14 丈六コミュニティセンター	月4回	毎週月曜日
4	多家良	R8.4.1	シニア和太鼓通いの場	丈六和太鼓クラブ	会長 後藤 一平	080-3530-1249	和太鼓	13:30~15:30	丈六町栗田34 楠本宅別邸	月4回	毎週火曜日
5	多家良	R8.4.1	丈六青空グランドゴルフ	丈六青空クラブ	会長 佐賀 久幸	090-8972-5902	グランドゴルフ	9:00~11:00	丈六町行正27-1 城南病院グランド	月4回	毎週火曜日
6	入田	R8.4.1	詩吟	景観会	会長 山岡 重子	090-4500-8208	詩吟の練習	13:00~15:00	入田町春日121 入田コミュニティセンター	月3回	第1,2,3金曜日
7	北井上	R8.4.1	北井上地区カラオケ卓球	北井上なかよクラブ	会長 山下 治郎	088-642-1196	カラオケ 卓球	13:30~15:30	国府町西黒田字南傍示271		毎週木曜日と毎週火曜日
8	東富田	R8.4.1	「ふまねっと」を楽しむ集い	東富田寿会「ふまねっと」の会	会長 鉄 千代	088-652-6785	ふまねっとを使った軽い運動	10:00~11:30	中央通4丁目18 東富田コミュニティセンター	月2回	毎月 第2、第4水曜日
9	八万	4月1日	八万カローリングクラブ	八万カローリングクラブ	代表 武市 到	090-9770-5218	健康増進を目的としてカローリングを実施。	9:30~11:30	徳島市八万町法花187-1	月2回	第2、4水曜日
10	多家良	R8.4.1	多家良レクリエーション通いの場	多家良シニアふれあいクラブ	会長 高山 宏行	080-3169-1103	ラダーゲッター等のスポーツレクリエーションを実施。	16:30~18:00	徳島市多家良町小路地10 多家良中央コミ	月2回	第2、4火曜日
11	入田	R8.4.1	楽しい手芸サークル	ちくちくの会	会長 森 久子	088-644-0022	手芸	10:00~12:00	入田町春日121-1 入田コミュニティセ	月1回	毎月第1火曜日
12	新町	R8.4.1	新町そば打道場	新町そば打道場	会長 後藤 正暁	088-626-5428	地域の方々とそば打を通じて認知症予防及び身体の健康維持のために高齢者にそばを食べてもらう。	10:00~12:00	770-0906徳島市東山手町2丁目25 新町公民	月2回	第1・3水曜日
13	新町	R8.4.1	蕎麦打ち新町教室	蕎麦打ち新町教室	会長 沖野 高穂	088-626-5428	蕎麦打ち	9:30~12:00	770-0906徳島市東山手町2丁目25 新町公民	月2回	第2、4金曜日
14	多家良	R8.4.1	五月体育クラブ通いの場	五月会	会長 井関 正則	088-669-1745	百歳体操、卓球、手工芸、茶話会、そうじ	9:00~11:00	徳島市北山町下地1番地	月14回	第1、3火曜日、毎週月・金曜日、月1回木曜日

	地区	申請日	事業名	団体名	代表者名	参加申し込み電話番号	開催内容	開催時間	開催場所	開催頻度	開催曜日
15	上八万	R8.4.1	スマイル広場	スマイル広場	代表 中込たま江	088-644-2085	090-9779-2681人で何もしないで寝てばかりいる高齢者、行く所もなく閉じこもっている人を無くし、高齢になっても楽しく日	10:00~16:00	徳島市上八万町西山1136-12 〇らさぎ	月1回	第3金曜日
16	多家良	R8.4.1	丈六百歳体操とオカリナ教室	丈六ベルアージュ	会長 篠原 光代	088-645-1712	百歳体操、健口体操、脳トレ体操を実施〇操終了後、希望者だけ残り、オカリナ教室を実施している。	10:00~12:00	徳島市丈六町丈領189	月4回	毎週金曜日（オカリナ教室は隔週）
17		R8.4.1	渭北健康マージャンクラブ	渭北健康マージャンクラブ	会長 鎌田 徳一	088-625-8780	健康マージャン	14:00~17:00	徳島市助任本町6丁目4番地 渭北福祉館	月4回	毎週日曜日
18	八万	R8.4.1	花つばみ会	花つばみ会	会長 仁義 幸代	090-5716-6230	毎月4回、新舞踊、日本民謡、新民謡等の練習	13:00~15:30	徳島市中昭和町1丁目2番地 〇島県立総合福	月4回	毎週土曜日を基本としていますが、土曜日が使用できない場合は金曜日の開催。
19	上八万	R8.4.1	しらすぎ台詩吟の会	しらすぎ台詩吟の会	会長 杉本 キヨミ	088-644-4631	①漢詩や和歌について詩文の解釈や発声方法の練習を個人毎にしたり、全員で合吟したりする。〇15分程度の休	9:45~11:45	徳島市上八万町西山1430 〇らさぎ台集会所	月4回	毎週土曜日
20	多家良	R8.4.1	笑っていきいき100歳体操 丈六教室	丈六100歳体操 愛好会	会長 大前 和美	090-8978-5012	100歳体操、認知予防運動、その他の体操	10:00~11:00	徳島市丈六町八万免14 〇六コミュニティセンター		毎週水曜日

地区	申請日	事業名	団体名	代表者名	参加申し込み電話番号	開催内容	開催時間	開催場所	開催頻度	開催曜日	
21	加茂	R8.4.1	折り紙教室	折り紙教室	代表 竹内 佳代	080-2973-4050	フレイル予防として、家にいるより外に出て人との対話又折り紙で手先を動かし、頭で考えることで認知症予防に	13:30~15:00	徳島市佐古6番町10-10	月4回	第2火曜日
22	南井上	R8.4.1	南井上女性会	南井上女性会	会長 高木 明子	088-642-2774	ゴキブリ団子作り、サーサーツなど月に1度集まり、コミュニケーションの場として楽しんでます。	9:30~11:30	徳島市国府町日開944-1 南井上コミュニ	月1回	第1土曜日
23	川内	R8.4.1	川内カーリンコンクラブ	川内カーリンコンクラブ	会長 藤井 紘子	090-5718-3629	ゲームをしながら体を動かして、人との会話	10:00~11:30	徳島市川内町沖島260 川内公民館	月4回	毎週水曜日
24	応神	R8.4.1	うたごえ「ハーモニー」	うたごえ「ハーモニー」	会長 丸岡 重代	088-641-4880	講師の伴奏に合わせて、童謡、懐メロ、フォークソングなどを歌い、交流を深めている。	10:00~11:00	徳島市応神町吉成字西吉成91-5 神コミ	月2回	原則第2、第4月曜日 (祝日の時は振替て実施)
25	渭東	R8.4.1	渭東地区 いきいき100歳体操	福島ひまわりクラブ	代表 中本 泰子	080-6382-3453	いきいき100歳体操、リバイバルダンス、認知症予防体操、カラオケ	13:00~15:00	徳島市福島2丁目4-24 東コミュニティ	月4回	毎週金曜日
26	八万	R8.4.1	八万地区 いこいこクラブ	いこいこクラブ	代表 仁木 信子	088-668-1867	着物・帯をリホームして、手さげ・服を作成する。(あと茶話会を実施)	10:00~12:00	徳島市八万町内浜80-14 中央コミセン	月4回	毎週金曜日
27	加茂名	R8.4.1	いきいき100歳体操	元気教室	代表 多田 悦子	088-632-0228 090-9771-502	いきいき100歳体操と認知予防の体操を実施	13:00~14:30	徳島市蔵本元町3丁目60 茂名公民館蔵本	月4回	毎週月曜日
28	八万	R8.4.1	八万地区 いきいき100歳体操	中津浦元気クラブ	会長 杉本 深雪	090-4502-1553	毎週水曜日に100歳体操と認知症予防体操を実施している。また、不定期で茶話会や食事会を行っている。	10:00~11:00	徳島市八万町中津浦93 津浦備蓄倉庫	月4回	毎週水曜日
29	内町	R8.4.1	内町地区 いきいき百歳体操(内町いきいきク	内町いきいきクラブ	会長 石井 敏雄	088-654-4913	上肢体操、口腔体操、いきいき100歳体操、認知症予防の体操に数回、パーラービーズ(手芸)開催。細かい	9:05~10:25	徳島市元町1丁目24 アミコ5階 町コミ	月4回	毎週水曜日
30	渭東	R8.4.1	住吉・城東健康マージャンクラブ	住吉・城東健康マージャンクラブ	会長 川原 孝文	代表:川原 090-8282-4442	初心者から経験者まで住民が集い、健康マージャンを楽しむ。	13:30~16:00	徳島市住吉4丁目1番10号 護老人ホ	月4回	毎週水曜日

地区	申請日	事業名	団体名	代表者名	参加申し込み電話番号	開催内容	開催時間	開催場所	開催頻度	開催曜日	
31	昭和	R8.4.1	社生のいきいき100歳体操	特定非営利活動法人社生	理事長 前田 すづ子	088-625-6999	第2、第4木曜日に、社生会員向け事業として社生のいきいき100歳体操を実施、体操の前後に茶話会を実施し	10:00~11:20	徳島市昭和町3丁目35-1 ユーマンわ	月2回	毎月第2・第4木曜日
32	勝占	R8.4.1	勝占中部いきいき百歳体操	勝占中部ふれあい教室	会長 竹内 鋭治	088-669-1671	いきいき百歳体操後、スクワット、口腔体操、上肢編他、毎週工夫を凝らし地域のみなさんが毎週楽しみに参加	10:00~11:30	徳島市勝占町中須76-2 勝占中部コミュニ	月4回	毎週火曜日
33	北井上	R8.4.1	北井上公民館・竜王団地自治会・いきいき百歳	竜王友愛クラブ	会長 杉本 友政	088-642-6003	・いきいき百歳体操(週1回) ・社会奉仕(年5回…内4回は自治会と共同) ・卓球(週2回)	13:30~16:00	徳島市国府町竜王5番地 竜王集会所	月4回(週1回)	・いきいき百歳体操 毎週水曜日 ・卓球 毎週日曜日、火曜日
34	渭北	R8.4.1	渭北地区 いきいき百歳体操	渭北地区 いきいき百歳体操 なかよしクラブ	会長 小山 竹美	088-622-0805	いきいき百歳体操を実施 話会も実施している	10:00~11:00	徳島市北前川町2丁目7-3 渭北コミュニ	月4回	毎週金曜日 (祝・祭日はお休み)
35	勝占	R8.4.1	勝占東部 健康café	勝占東部 健康café	会長 谷口 栄一	088-663-1964	近隣住民(主に独り暮らし)が集い、ゲームや体操で体を動かし、活動後はお茶やコーヒーを飲みながら楽しくお	13:30~15:00	徳島市大原町中須17-2 勝占東部コミュニ	月1回	第1水曜日
36	川内	R8.4.1	介護予防サロン グリーンカフェ	介護予防サロン グリーンカフェ	施設長 中川 清美	088-678-5555	フレイル予防、福祉用具の体験、感染症に関する講義、Inbodyの測定、筋力向上体操、アロマ体験、災害食体験な	15:00~16:00	徳島市川内町北原31-3 (施設内)	月1回	第3木曜日
37	上八万	R8.4.1	しらさぎ台 いきいき100歳体操	しらさぎ台コムコム	会長 山田 節子	090-8280-7300	いきいき100歳体操、フレイル体操、脳トレ、ゲームやおしゃべり	14:00~15:30	徳島市上八万町西山1430-4 くしま市	月3回	第1、2、3水曜日
38	八万	R8.4.1	八万地区 いきいき100歳体操	八万地区 いきいき100歳体操	代表 谷村 寛子	088-622-6145	いきいき100歳体操を実施し、あとでカラオケをしています	10:00~11:00	徳島市八万町内浜80-14	月4回	毎週木曜日
39	八万	R8.4.1	いこい サロン	いこい サロン	代表 仁木 信子	088-668-1867	孤立防止のため、お茶・会話で楽しむ	11:00~12:00	徳島市八万町内浜80-14 八万中央コミ	月4回	毎週木曜日
40	八万	R8.4.1	八万健康麻雀	八万健康麻雀	会長 石川 紳二	088-668-8191	・麻雀のルールやゲームの仕方を知る。みんなで麻雀を楽しみ、親睦を図る。	13:00~16:30	徳島市八万町内浜80番地の14 八万中央コ	月4回	毎週金曜日

	地区	申請日	事業名	団体名	代表者名	参加申し込み電話番号	開催内容	開催時間	開催場所	開催頻度	開催曜日
41	八万	R8.4.1	グラウンド ゴルフ	かちどきGGクラブ	会長 吉守 晴夫	088-654-7072	グラウンド ゴルフ 3ゲーム実施	9:30~11:30	徳島市富田橋1丁目 東富田公園	その他(週2回)	毎週月曜日、金曜日
42	東富田	R8.4.1	環境問題を地域ぐるみで考える富田生活学校	富田生活学校	会長 松内 富恵	088-653-5867	廃油石けんやEMIぼかしを製造。牛乳パックを使った小物入れや小学生を対象に裁縫教室を実施している。	9:30~12:00	徳島市中央通4丁目18番 富田コミュニティセンター	月2回	第1、第3月曜日
43	入田	R8.4.1	笠木の会	笠木の会	会長 森 千津子	080-3923-8101	毎月1日 神社境内清掃、終了後茶話会定期 花壇、草抜、手入れ、お遍路さんお接待、ウォーキング	13:30~15:00	徳島市入田町笠木	その他(不定期)	毎月1日 不定期活動は随時
44	勝占	R8.4.1	健康づくり 卓球クラブ	健康づくり 卓球クラブ	代表 増田 澄子	088-662-5715	健康体操の後、卓球練習と卓球ゲームを実施している。	10:00~12:00	徳島市大原町中須17-2 勝占東部コミュニティセンター	月4回	毎週木曜日
45	昭和	R8.4.1	健康体操とカラオケで介護予防	ボランティア「友の会」ひまわり	会長 前田 すづ子	088-652-4510	参加者全員で懐かしい歌を歌う。健康体操30分、カラオケリクエストを出してもらい歌ってもらう。弁当の日	10:00~12:00	徳島市昭和町3丁目35の1 徳島県労働会館	月3回	土曜日 3回 (会館の使用状況で決めている)
46	上八万	R8.4.1	一宮いきいき100歳体操	仲良しクラブ	会長 石鎚 典代	088-644-0043	いきいき100歳体操を実施。その後、続けて阿波おどり体操を実施している。	13:30~14:30	徳島市一宮町西丁1021-3 宮会館	月2回	第2・4水曜日
47	南井上	R8.4.1	南井上エバグリーン合唱団活動事業	南井上エバグリーン合唱団	会長 黒田 ヤス子	088-642-2773	合唱の練習を行い大声で声を出し、会員相互の会話を楽しみ、成果発表も行う	13:30~15:00	徳島市国府町日開944-1 南井上コミュニティセンター	月2回	毎月 第1・第3木曜日
48	上八万	R8.4.1	一宮詩吟クラブ	一宮詩吟クラブ	会長 溝杭 貞子	088-644-3406	・認知症予防、ストレス解消、健康促進の目的で詩吟を行う。年に2回ほど、学習発表会を行い親睦を図る。	19:30~21:00	徳島市一宮町東丁234-2 徳島市一宮コミュニティセンター	月4回	毎週木曜日
49	東富田	R8.4.1	東富田地区 いきいき100歳音楽演奏	阿波のちんどん「阿波だぬき」	会長 後藤 譲	井川 090-1002-4488 徳島市東富田	各種の楽器演奏・演芸を通じ、各人の認知予防の傍ら、各施設の慰問で演奏・演芸を披露し高齢者の憩いの場を設ける。	13:00~15:00	徳島市中央通4丁目18番 富田コミュニティセンター	練習は月2回	練習は、隔週の水曜日。
50	八万	R8.4.1	八万団地太極拳教室	八万団地太極拳教室	代表 日下 和巳	088-668-2895	太極拳、準備、整理体操	14:00~15:30	徳島市八万町新貝 八万団地自治会館	月2回	第2、第4火曜日
51	八万	R8.4.1	八万団地体操クラブ	八万団地体操クラブ	神田 多美子	088-668-3436	ストレッチ体操、腰痛体操、リズム体操、いきいき100歳体操、阿波踊り体操、ラジオ体操	10:00~11:30	徳島市八万町新貝56番 八万団地会館 2F	月4回	毎週月曜日
52	佐古	R8.4.1	佐古地区 いきいき百歳体操	佐古シルバークラブ連合会	会長 船越 昌一	088-652-3070	体操と認知機能予防の為、DVDを見ながら実施。その他、行事等の連絡。年2回指導者による体力測定。	10:00~11:15	徳島市佐古4番町7-1 佐古コミュニティセンター	月4回	毎週火曜日
53	東富田	R8.4.1	茶話会	明神町5・6丁目茶話会	会長 松内 富恵	088-652-6785	町内の紙資源を集める作業した人たちと茶話会を開いて交流を深めたり、神社境内の掃除などを行い、神社で勉強会	13:00~14:30	徳島市明神町6丁目2番地	月2回	第3土曜日及び22日と神社のお祭り前
54	上八万	R8.4.1	上八万地区 いきいき百歳体操教室	上八万健康サロン	会長 宮本 静江	088-668-6392	いきいき百歳体操と認知症予防の実施。	10:00~11:00	徳島市上八万町樋口61番 八万コミュニティセンター	月4回	毎週火曜日
55	上八万	R8.4.1	上八万地区 墨彩画教室	上八万地区 墨彩画教室同好会	会長 宮本 静江	088-668-6392	講師を招いて墨彩画教室の実施。	9:30~11:30	徳島市上八万町樋口61番 八万コミュニティセンター	月2回	第2・第4木曜日

地区	申請日	事業名	団体名	代表者名	参加申し込み電話番号	開催内容	開催時間	開催場所	開催頻度	開催曜日	
56	渭東	R8.4.1	いきいき100歳体操	社会福祉法人 白寿会	理事長 庄野 光昭	088-626-1080	いきいき100歳体操を行い、その後棒体操など理学療法士の指導の下行っている	13:15~14:15	徳島市住吉4丁目11番10号 波老人ホ	月4回	毎週火曜日
57	内町	R8.4.1	内町地区集いカフェみんなのはなれ	集いカフェみんなのはなれ	代表 浜田 敏枝	080-3160-5387	カフェごはんを作って交流を深める	11:00~13:00	徳島市徳島町3-51 チョコハウス1F	月1回	第4月曜日
58	八万	R8.4.1	八万歌クラブ	八万歌クラブ	代表 安富 千恵子	088-668-8191	毎月女性演歌の新曲をCDを聞きながら学習している。 1回カラオケ日を作り懐かしい曲も歌って楽しんでいる	13:00~15:00	徳島市八万町内浜80番地の14 八万中央	月4回	毎週木曜日
59	加茂	R8.4.1	加茂いきいき100歳体操	加茂コミュニティ協議会	会長 宮崎 忠司	088-632-7699	いきいき100歳体操	10:00~11:00	徳島市北田宮4丁目6-60 茂コミュニティ	月4回	毎週木曜日
60	上八万	R8.4.1	城北詩吟クラブ	城北詩吟クラブ	会長 竹田 昭美	090-7620-2838	詩吟の練習をして認知症予防	13:30~15:30	徳島市一宮西丁1021-3 宮会館	月4回	毎週金曜日
61	国府	R8.4.1	あったかハートこくふ	チームオレンジあったかハートこくふ	代表 町田 美保	088-642-5802	チームオレンジとして認知症の当事者や家族のための相談窓口としての機能を持ち、情報交換ができるよう認知症	10:30~12:30	徳島市国府町府中742-1	月4~5回	第1火曜日、第3金曜日、第2、3、4、5木曜日
62	八万	R8.4.1	高齢者の親睦及び健康の増進のための活動 住えびすクラブ	住えびすクラブ	会長 鈴酒 芳子	080-5661-7159	脳トレゲーム、カラオケ。ラジオ体操	13:30~15:30	徳島市八万町夷山111-9	月1回	毎月第1日曜日
63	勝占	R8.4.1	三軒屋団地自治会いきいき百歳体操	三軒屋団地自治会	会長 岩朝 義則	090-8698-8147	いきいき100歳体操と認知症予防体操	10:00~11:30	〒770-8025徳島市三軒屋町外23-57	月4回	毎週月曜日
64	津田	R8.4.1	津田地区いきいき百歳体操	津田地区社会福祉協議会	会長 蟻田 明	088-662-1942	いきいき百歳体操、認知機能改善編の体操	13:30~14:30	〒770-8002 徳島市津田町4丁目5	月3~4回	第2、3、4の水曜日