

きときと100歳体操実施地区一覧

R8.4現在

	窓口	ポイント	地区名	実施曜日	実施場所
平成27年度	氷見	○	地蔵町	火金9:30～	地蔵町公民館
	氷見	○	村上	火金10:00～	民舞伝習館
	南条	○	島尾	火金13:30～	島尾自治公民館
	灘浦	○	中田	火土13:30～	中田産業文化センター
	南条	○	上十二町（島沖崎）	月木10:00～	島沖崎公民館
	上庄谷	○	中尾	月木10:00～	中尾転作研修センター
平成28年度	氷見	○	朝日南部	火金10:00～	朝日南部公民館
	氷見		下十二町（十三谷）	水金10:00～	十三谷農業研修館
	氷見		下十二町（清水）	月木10:00～	下十二町清水公民館
	氷見	○	鞍川（個人宅）	火金10:00～	個人宅
	南条	○	柳田【西条地区】	火金13:30～	西条地区集会場
	南条	○	柳田【藤見台】	月木13:30～	藤見台公民館
	上庄谷	○	中村	水日9:00～	中村公民館
	氷見	○	本町（まちなかサロン）	月16:00～／木10:30～	まちなかサロン
	氷見	○	本町（御座町）	月木9:30～	御座町公民館
	灘浦	○	阿尾	火土13:30～	阿尾漁村センター
	南条	○	柳田【コミュニティーセンター】	月金13:30～	柳田コミュニティーセンター
	上庄谷	○	谷屋	火金9:00～	谷屋公民館
	灘浦	○	藪田	月木9:15～	藪田コミュニティーセンター
	上庄谷	○	七分一	水金9:30～	七分一公民館
	南条	○	窪（窪南会館）	月木10:00～	窪南会館
	氷見	○	幸町（七軒町）	火金14:00～	七軒町公民館
	氷見	○	南大町（南下町）	火金10:00～	南下会館
	南条	○	下田子	月木10:00～	下田子公民館
	上庄谷		久目	火金10:00～	久目小学校（1F ランチルーム）
	灘浦	○	小杉	月木9:00～	小杉自治会館
	灘浦	○	中波	月金13:30～	女性活動拠点施設
	氷見		加納（西法寺）	月木9:00～	西法寺
	南条	○	上田子	火13:00～／木14:00～	上田子公民館
	南条	○	宮田	火土14:00～	宮田集落公民館
灘浦	○	懸札（懸札会館）	月木13:30～	懸札会館	
南条	○	上泉	火金10:00～	上泉公民館	
氷見	○	諏訪野	月金10:00～	諏訪野公民館	

平成 29 年度	南条	○	窪（窪集会場）	水土9:30～	窪集会所( J A 窪支所前)
	南条	○	上十二町（坂津）	火金10:00～	坂津公民館
	南条	○	園	火10:00～	園コミュニティセンター
	氷見	○	鞍川【コミュニティセンター】	火金9:00～	鞍川コミュニティセンター
	氷見	○	上伊勢	月木10:00～	上伊勢公民館
	氷見	○	中伊勢	月木9:15～	中伊勢公民館
	氷見	○	比美町（中町）	金日14:00～	中町公民館
	灘浦	○	指崎	火土9:30～	指崎公民館
	氷見	○	仕切町・川原町	月金10:30～	光源寺
	氷見	○	鞍川（沖布）	月10:00～/木14:00～	沖布公民館
	氷見	○	松田江	月木9:00～/10:30～	松田江集会所
	氷見	○	北大町・宗源寺 （加藤医院2階）	火金10:30～	加藤医院2階
	上庄谷	○	柿谷	火金10:00～	柿谷公民館
	灘浦	○	上余川（久保）	月金9:00～	久保公民館
	灘浦	○	味川	月木9:00～	味川研修会館
	氷見	○	北加納	火10:00～/土14:00～	北加納コミュニティセンター
	南条	○	ナカヤチ 中谷内	月木9:00～	中谷内公民館
	南条	○	仏生寺（大覚口）	火金9:00～	大覚口公民館
	南条	○	上久津呂	水金9:30～	上久津呂公民館
	上庄谷	○	上田	月木14:00～	上田公民館
灘浦	○	宇波	火木10:00～	宇波公民館	
南条		鞍骨	火9:00～	鞍骨公民館	
南条	○	下久津呂	火金9:30～	下久津呂公民館	
灘浦	○	白川	水金10:00～	白川研修センター	
平成 30 年度	南条	○	堀田	火金13:30～	堀田公民館
	南条	○	布施	月金9:30～	布施自治公民館
	灘浦	○	姿	火金13:30～	姿集落農事集会所
	氷見	○	北大町（池田町）	火木10:00～	池田町公民館
	灘浦	○	一芻	火金10:30～	一芻多目的集会所
	上庄谷	○	泉（往易）	火金14:00～	往易公民館
	南条	○	万尾	月金10:00～	万尾公民館
	南条	○	西朴木	月木10:00～	西朴木公民館
	上庄谷	○	浦大野	火木14:00～	浦大野公民館
	南条	○	惣領	火14:00～	惣領集会所

	南条		栗原	水金9:30～	栗原生産組合施設
平成 3 1 年度	氷見	○	下伊勢・高砂	月木10:00～	個人宅
	南条		仏生寺（脇之谷内）	火14:00～	脇之谷内集落センター
	南条		宮田（泉の杜）	火金10:00～	泉の杜公民館
	南条	○	下矢田部	月金14:00～	下矢田部公民館
	氷見	○	北大町（加納町）	月木13:30～	加納町公民館
	上庄谷	○	速川（小久米）	月木10:30～	速川公民館（旧速川小学校）
	上庄谷	○	日名田	月木10:00～	日名田公民館
	灘浦	○	泊	水土9:00～	泊コミュニティセンター
	上庄谷	○	中大野	火金9:00～	中大野公民館
	灘浦	○	磯辺	月木14:00～	八代自治公民館
令和 2 年度	灘浦	○	上余川（一ノ瀬）	月木9:00～	一ノ瀬公民館
	灘浦	○	長坂	火金13:30～	長坂農村交流センター
	氷見	○	南上(まちなかサロン)	火金10:00～	まちなかサロン
	氷見	○	田町(まちなかサロン)	火金10:45～	まちなかサロン
令和 3 年度	南条	○	川尻	月水10:00～	川尻公民館
	南条		仏生寺（寺中）	木14:00～	寺中公民館
令和 4 年度	上庄谷	○	論熊	火木9:30～	論田公民館
	上庄谷	○	熊無	5の倍数日 15:00～	熊無集会所
令和 5 年度	氷見	○	加納（管理センター）	火金9:00～	加納管理センター
	灘浦	○	稲積	火木14:00～	稲積公民館
	南条	○	柳田9組	月木14:00～	沖ノ宮公民館
令和 6 年度	上庄谷	○	早借	月木9:30～	早借公民館
	灘浦	○	脇	月木10:00	明巖寺
令和 8 年度	南条	○	海津	火土10:45～11:30	立山土建株式会社休憩室

問い合わせ

氷見市地域包括支援センター（氷見市役所福祉介護課内）

〒935-8686 氷見市鞍川1060番地 電話74-8067