

学区	順番	団体名	実施場所	曜日	活動時間	加入の仕方	対象者	口からこ んにちは 体操	その他
志津	3	楽楽サークル	青地第二町会議所	水	10:00～11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	×	
	25	宮の森いきいき倶楽部五日会	追分町会館	3・8の つく日	10:30～11:30	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	37	岡本町いきいき百歳体操	岡本町自治会館	火	9:30～10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	44	山寺新田いきいき百歳体操有志の会	山寺新田会議所	金	13:30～14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	51	青地第一いきいき百歳体操実行委員会	田中会館	週1回	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	60	馬場町いきいき百歳体操	馬場町会館	金	9:30～10:30	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	89	山寺きらく会	笠井町集会所	水	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	転倒予防体操も実施
	107	エメラルドクラブ	エメラルドマンション1階集会所	木	13:30～15:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	112	ロクハ会	ロクハ荘 2階	金	13:30～14:30	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	転倒予防体操も実施
	121	つつみ元気会	青地第一草の根ハウス堤会館	火	10:00～11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	123	地域サロン 青地ひまわり	青地会館	木	13:30～14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	138	上尾町内会	上尾高穂会館	水	10:00～11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	×	
志津南	24	志津南いきいきクラブ	志津南まちづくりセンター	木	13:00～14:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	×	第1・3木曜日は体操終了後に 「ふれあいハウス絆」に移動し 茶話会（無料）を実施
	106	追分南元気くらぶ	追分南会館	水	14:00～15:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
矢倉	38	ミックスいきいき百歳体操	室木町集会所	火	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	同じ小学校区にお住まいの方	○	只今、募集しておりません
	42	笑みの会	グランドール南草津集会所	月	13:30～14:30	直接、会場に来てください	同じマンションにお住まいの 65歳以上の方	×	ゴムバンド体操も実施
	69	馬池町ほのぼのサークル	馬池町自治会館	木	9:00～10:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	71	大塚団いきいき体操ゆう・ゆう	大塚団地集会所	火	14:00～15:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	転倒予防体操・認知症予防体操 も実施
	78	げんぼフィットネスなかま	玄甫町集会所	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	高齢者の社交場として体操以外 も活動中
	79	元気矢倉	矢倉町会館	木	13:30～15:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	転倒予防体操も実施
	113	サロン アカシア	玄甫団地集会所	火	13:00～14:00	市から代表者に確認してから	同じ小学校区にお住まいの方	○	

学区	順番	団体名	実施場所	曜日	活動時間	加入の仕方	対象者	口からこ んにちは 体操	その他
草津	11	きらきらサロン	草津団地集会所	木	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	×	
	14	宮町ほのぼのサークル	宮町会館	月	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	30	グリーンピア草津福祉健康クラブ 緑 寿会	グリーンピア自治会館	火	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	48	東草津おしゃべりサロン	東草津会館	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	49	本三体操クラブ	夢本陣	水	13:30～14:30	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	57	NPO法人 心輪	西一会館	木	13:30～14:30	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	58	砂原町なかよし会	砂原会館	月	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	65	楽生会（元二）	元町会館	月	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	只今、募集しておりません
	67	湖都町健康体操サークル	湖都町会館	土	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	体操前にリズムダンスを実施
	81	元五町内会	元五会館	月	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	×	
	83	健康友の会	草津まちづくりセンター	木	13:30～15:00	市から代表者に確認してから	同じ小学校区にお住まいの方	○	
	97	いき百サロン虹	コープしが草津営業所	金	13:30～14:30	直接、会場に来てください	どなたでも	○	脳活やコグニサイズも実施。 体操後に茶話会を実施。 1回100円
	99	四、五、六会	草津まちづくりセンター	月	13:30～14:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	センターが使用できる日
大路	6	イキイキ体操大路	大路まちづくりセンター	木	10:00～11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	転倒予防体操も実施
	12	シャルマンコーポ草津	シャルマンコーポ集会所2階	火	14:00～15:00	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	×	かみかみ百歳体操も実施
	13	ABCサロン	ファミリーハイツ草津集会所2階	木	13:15～14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	16	デ・リードふれあい会	デ・リード草津駅前2階集会室	月	11:00～12:00	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	○	たまに輪投げを実施
	19	西大路第一サロン	西大路第一町内会集会所	月・木	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	39	いろはもみじ会	新屋敷第二公民館	月・木	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	転倒予防体操も実施
	68	エルティいきいきクラブ	エルティ 7階	月	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	マンション住人なら誰でも	○	歌声喫茶を実施
	120	おおみや友愛サロン	大路会館	火	9:30～10:30	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	○	
	129	TOWER111シニアクラブ	リーデンスタワー2階集会室	月・木	13:30～14:30	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	○	
	131	サロン西大路第三	西大路第三集会所	火	10:00～11:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	134	ユニハイム草津ユトリオ百歳体操クラ ブ	ユニハイム草津集会所	水	10:30～11:30	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	×	
	135	マーメイドシティ草津シニアクラブ	マーメイドシティ草津リラクゼー ションルーム	火	10:00～11:30	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	×	
	136	クサツウエストクラブ	クサツウエストロイヤルタワー5 階集会所	火	10:30～11:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	×	

学区	順番	団体名	実施場所	曜日	活動時間	加入の仕方	対象者	口からこ んにちは 体操	その他
渋川	1	中五ゆうゆう会	中出第五町会館	水	9:00~10:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	奇数週の土曜日にも9:00~ 10:00ラジオ体操その他健康体 操（転倒予防等）を実施
	59	いきいき百歳体操サロン（北渋川）	渋川北会館	火	10:00~11:00	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	○	第3週のみ木曜日。 タオル体操も実施。
	76	いきいき長寿体操渋川の会	渋川まちづくりセンター	火	10:00~11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	80	北五和みの会	渋川北五集会所	水	9:30~11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている65歳以上 の方	○	65歳以上の方、見学OKです
	98	レタス	渋川南会館	金	9:30~10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	101	若竹ほのぼの会	渋川東会館	金	9:30~12:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	108	中出しなやか会	中出会館	水	9:30~10:30	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	○	
	110	ローレルコート草津いきいき百歳体操 クラブ	ローレルコート草津2階集会所	水	10:00~11:00	直接、会場に来てください	サロン加入者	×	
	111	中町いきいき会	中町会館	水	15:00~15:45	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	×	
	118	ザ・草津タワーいきいき百歳体操	ザ・草津タワー2階パーティー ルーム	火	10:00~11:00	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	○	転倒予防体操も実施。 お好きな体操だけ参加OK。 途中参加、退室可能。 必ず水分を持参ください。
老上	5	南草津団地いきいきクラブ	南草津団地集会所	館があい ている日	13:30~14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	転倒予防体操も実施
	40	湖州平いきいきクラブ	湖州平集会所	月	13:30~14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	62	下北池クラブ	下北池集会所	月	9:00~10:30	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	○	
	84	南笠いきいきクラブ	南笠公民館	木	9:30~10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	88	川ノ下いきいき百歳体操	川ノ下会館	金	10:30~11:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	122	いきいき健康クラブ	老上まちづくりセンター	水	10:00~11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
老上西	45	元気百倍体操	老上西まちづくりセンター	水	10:00~11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	ラジオ体操も実施
	70	あつまろう会いきいき百歳体操	よし池嶋が森集会所	火	10:00~11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	72	城之前町内会	城之前町集会所	月	10:00~11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	119	わかば会いきいき百歳体操	よし池嶋が森集会所	木	10:00~11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	只今、2部制。 9:30~ 10:50~

学区	順番	団体名	実施場所	曜日	活動時間	加入の仕方	対象者	口からこ んにちは 体操	その他
玉川	23	萩いきいき	玉川まちづくりセンター	金	10:00～11:30	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	○	時間内ならいつでも見学に来て ください
	26	いきいき小野山会	小野山集会所	木	14:00～15:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	×	
	27	ほっとローレル	ローレルコート南草津2階大集 会 所	月	9:30～10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	七星気功も実施
	28	いきいき（体操）倶楽部	桜ヶ丘会館	月	14:00～15:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	13:30から15:30まで開催。 脳トレ・お楽しみ会・健康講座 も実施。
	64	NPO法人ナルクびわこ湖南	フェリエ5階 市民交流プラザ和 室	木	9:30～10:30	市から代表者に確認してから	草津市にお住まいの方	○	
	85	シニアサロン ルクセア	アメニティX 1階	火	13:30～14:30	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	○	
	90	小林いきいき体操クラブ	小林町会館	木	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方でサロ ン加入者	○	只今、募集しておりません
	91	いきいき野路クラブ	野路コミュニティセンター	火	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
南笠東	4	いきいき体操クラブ（狼川）	狼川町会館	月・木	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	17	ミニふれあいサロン「茶の間」	メゾンドール瀬田公園都市集会所	火	13:30～14:30	直接、会場に来てください	マンション住人なら誰でも	○	
	31	新南笠体操クラブ	新南笠自治会館	木	10:30～11:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	33	東南笠町内会	東南笠町内集会所	月	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	92	サロン・レストタウン	南笠ニュータウン自治会館	水	10:00～11:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	
	128	百歳体操笠山	笠山会館	木	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていないくても、 同じ町にお住まいの方	○	

学区	順番	団体名	実施場所	曜日	活動時間	加入の仕方	対象者	口からこ んにちは 体操	その他
山田	9	いきいきつばさ	木川町農業会館	金	9:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	2部制で実施。 只今、募集しておりません。
	29	ほのぼのサークル南山田	南山田会館	水	10:00～11:20	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	認知症予防ゲームも実施
	32	出屋敷団地 かがやき	出屋敷団地自治会館	木	13:00～14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	
	35	サロンひまわり	出屋敷会館	月	10:00～11:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	41	ふれあいの会（南山田団地）	南山田団地集会所	土	10:00～12:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている65歳以上 の方	○	にんにん体操も実施。 体操後に懐メロ合唱を実施。
	47	ハッピークラブ	山田まちづくりセンター	金	13:30～15:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	6月～9月はサマータイムで 10:00～12:00 にんにん体操も実施。
	50	みつつけサロン	三ツ池集会所	金	13:30～14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っている方でサロ ン加入者	○	笑いヨガや体験レッスンなど楽 しみごとを実施
	55	なごみ会	出屋敷団地自治会館	月	13:00～14:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	×	
	63	NPO法人 心輪	新田会館	水	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	
	94	北山田町ファミリー	北山田会館	火	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	
	117	ばかばかサロン岡	岡町自治会館	火	10:00～12:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	月1回は、食事会を10:00～ 14:00で実施
	124	サロンみちくさ	陽ノ丘団地集会所	水	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	126	ほのぼのサークル浜風	不動浜会館	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	サロン加入者のみ	○	見学はいつでも来てください
	127	八千代ほほえみの会	山田町会館	水	13:30～15:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	
笠縫	133	五条ふれあい会	五条ふれあい会館	木	13:30～15:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	脳トレも実施
	8	コスモス	笠縫団地集会所	火	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	15	上笠いきいきクラブ	上笠町第一町内会集会所	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	21	野村第二老人クラブ	野村中央町会館	金	9:30～10:30	市から代表者に確認してから	老人クラブ加入者	○	
	22	いきいき小屋場クラブ	小屋場会館	火	13:30～14:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	脳活・コグニサイズ・お茶会も 実施
	36	いきいき百歳体操会（上笠第三）	上笠町第三町内会集会所	水	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	66	若葉会	松原会館 老人憩の家	火	9:40～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	脳トレ（まちがいさがし）・折 り紙など実施
	73	浜咲クラブ	浜会館	日	10:00～12:00	直接、会場に来てください	サロン加入者	○	体操後に茶話会を実施
	77	丸の内仲良し会	丸ノ内会館	火	10:00～12:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	食事会がある時は14:00まで
	93	サロンひまわり（南出）	南出会館	火	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	100	上笠第二老人クラブ	笠縫まちづくりセンター	金	13:30～14:30	市から代表者に確認してから	同じ小学校区にお住まいの方	○	上笠第二老人クラブの方優先
	102	野村南町地域サロンアピオ	野村南町集会所	火	9:30～10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	
	103	上笠第四生き生きサロン	上笠第四集会所	木	10:00～11:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方、 同じ町にお住まいの方	○	簡単な脳トレを実施
	125	マナの会	草津キリスト教会	木	11:00～12:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	×	
	139	さわやか百歳体操 草津野村	シャルマンコーボ草津野村	金	13:30～15:00	市から代表者に確認してから	マンション住人なら誰でも	○	

学区	順番	団体名	実施場所	曜日	活動時間	加入の仕方	対象者	口からこ んにちは 体操	その他
笠縫東	18	ぼちぼちの会駒井沢	駒井沢公民館	火・金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	20	川原いきいき百歳体操クラブ	川原天神会館	木	9:30～10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	一緒に体を動かしませんか。体 を支える筋肉は何歳からでも成 長するといわれています。あな たの住み慣れたところでいつま でも暮らしていくためにさあ チャレンジしよう。タオル体操 もやってます。
	54	グリーンハイツ南百歳体操の会	グリーンハイツ南町集会所	火	10:00～11:15	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	にんにん体操も実施。 3月に総会・親睦会を実施。
	56	ゆうわ会	生協ホール	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	96	グリーンハイツ北町百歳体操クラブ	グリーンハイツ北町自治会館	木	9:00～10:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	×	にんにん体操も実施
	104	さつき会	新堂会館	火	13:30～14:30	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	○	
	115	いきいき100歳体操平井教室	平井会館	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	会場に人数制限あり
常盤	10	穴村町老人クラブ「白寿会」	穴村会館	火	9:00～9:45	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	×	
	34	NPOハート&ライト	常盤東総合センター	水	10:30～11:30	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	46	いきいき百歳体操クラブ（白百合）	常盤まちづくりセンター	水	13:30～14:30	常盤まちづくりセンターに連絡 してください	同じ小学校区にお住まいの方	○	やすらぎ学級で実施しているた め、毎年5月末までに申込が必要 です。
	53	片岡東いきいきクラブ	片岡東自治会館	金	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、 同じ町にお住まいの方	×	
	61	サンシャイン片岡	片岡町会議所	月	13:30～14:30	直接、会場に来てください	サロン加入者	×	
	87	ほのぼの会北大萱	北大萱町会館	月	9:00～10:00	直接、会場に来てください	サロン加入者	○	
	105	ホープタウン芦浦「時悠会」	ホープタウン芦浦集会所	木	10:00～11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	114	下物いきいき百歳体操同好会	下物会館	水	10:00～11:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	×	
	132	753いきいき百歳体操	なごみの郷	水	13:30～15:00	直接、会場に来てください	草津市にお住まいの方	○	
	137	J Jクラブ	J A 常盤	月	10:00～11:00	直接、会場に来てください	J A 女性部会入会者	×	茶話会もやってます