北部東校区
高齢者サロン・体操教室等マップ

❤住民主体
★事業所等主体

2町内（湯の花）
❤湯の花ふれあいサロン
（第3土曜10時半～）

3 町内（南陽台）
❤南陽台サロン
（第3又は第4土曜10時～）
❤南陽台体操教室
（毎週金曜　13時半～）

1・13町内（梶尾・蔵屋敷）
❤梶尾いきいきサロン
（第４土曜10時半～）

4町内（鶴の原）
❤鶴の原いきいきサロン
（第1火曜11時～）
❤鶴の原健康体操
（第2・3木曜10時～）

5町内（鶴）
❤鶴いきいき交流会
（第2木曜15時半～）

★北部東コミセンいきいき健康サロン（健活教室）
（第2・4金曜　11時～）

12町内（東葉山）
❤東葉山ふれあいサロン
（第４火曜10時～）

11町内（葉山自由ヶ丘）
❤葉山自由ヶ丘ふれあいサロン
（第３木曜10時～）

★カーブス熊本
（月～土10時～）

9町内（飛田本町）
❤飛田本町サロン
（第3火曜10時～）
❤一人暮らし見守り配食
（第2土曜）

特別養護老人ホームつるのはら
★健活教室
（第2・4金曜11時～）

14町内（東梶尾）
❤東梶尾いきいきサロン
健康体操クラブ
（第2・4金曜10時～）

6町内（鶴団地）
❤鶴団地元気くらぶ
（毎週金曜10時～）
❤鶴団地いきいきサロン
（第1・３火曜10時半～）

★菊南病院 こらよか体操
（月曜・木曜　午後）

下田内科クリニック
★健活教室
（第2・4金曜11時～）
★健康フラダンス教室
（第1・3木曜11時～）

7町内（羽田）
❤羽田ふれあい給食会
（第3土曜11時～）

10町内（一本木）
❤一本木ふれあいサロン
（第3火曜10時半～）

【注意点】
- 介護保険外の体操や交流等のできる場を掲載しています。
- 各町内の高齢者サロン❤は、その町内に住んでいる方が対象です。

【お問合せ先】熊本市高齢者支援センターささえりあ北部　☎275-6355　令和8年3月現在