

地区	順番	団体名	実施場所	住所	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	青地町1075-3	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		
	37	岡本町いきいき百歳体操	岡本町自治会館	岡本町468-4	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くても、同じ町にお住まいの方	○	
	25	宮の森いきいき倶楽部五日会	追分町会館	追分5-6-5	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	○	
	44	山寺新田いきいき百歳体操有志の会	山寺新田会議所	山寺町635	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くても、同じ町にお住まいの方	○	
	51	青地第一町内会	田中会館	青地町612-3	週1	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	○	
	60	馬場町いきいき百歳体操	馬場町会館	馬場町524	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	山寺町1163-1	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くても、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	青地町700-2	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	追分7丁目11-1	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中
	121	つつみ元気会	青地第一草の根ハウス堤会館	青地町89-3	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	○	
	123	地域サロン 青地ひまわり	青地会館	青地町505	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くても、同じ町にお住まいの方	○	
	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	若草5-10	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	
106		追分南元くらぶ	追分南会館	追分南3丁目23-21	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くても、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	東矢倉3-3	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	○	会場が狭い為、只今満員です
	42	笑みの会	グランドール南草津集会所	東矢倉4-14-22	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		ゴムバンド体操もしています
	69	馬池町ほのぼのサークル	馬池町自治会館	東矢倉2-34-44	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くても、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	西矢倉3-2-23	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くても、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 開場は13:30~
	78	げんぼフィットネスなかま	玄甫町集会所	東矢倉3-14	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くても、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	矢倉町内会館	矢倉2-1-7	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くても、同じ町にお住まいの方	○	転倒予防体操もやります
	82	サロン微笑み 矢倉	大塚町集会所	西矢倉3-9-7	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くても、同じ町にお住まいの方	○	
	113	サロン アカシア	玄甫団地集会所	東矢倉3丁目34	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	○	
	14	宮町ほのぼのサークル	宮町会館	草津4丁目3-13の近く	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	○	
	11	きらきらサロン	草津団地集会所	草津町1949-6	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		
	30	グリーンピア草津 緑寿会	グリーンピア自治会館	草津町1553-37	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		活動日は第1・3・4・5

草津	48	東草津おしゃべりサロン	東草津会館	東草津2-2-49-3	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	草津2-10-21	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法人ユウ・アンド・アイ	西一会館	草津町1446-1	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	東草津1-4-20	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	草津2-16	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	草津町1515-24	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	○	
	81	元五町内会	元五会館	草津1-3-8	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	草津1-4-33	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	西草津2-1-1	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	○	体操後に茶話会しています。 1回100円
99	四、五、六会	草津まちづくりセンター	草津1-4-33	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も、同じ町にお住まいの方			
大路	12	シャルマンコーボ草津	シャルマンコーボ集会所 2階	西大路町10-5	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
	13	ファミリーハイツ草津 ゆうゆうの会	ファミリーハイツ草津集会所2階	西大路町10-10	木	13:15~14:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	16	デ・リードふれあい会	デ・リード草津駅前2階 集会所	大路1-2-7	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	○	
	19	西大路第一サロン	西大路第一町内会集会所	西大路12-94	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	○	
	6	イキイキ体操大路	大路まちづくりセンター	大路2-9-11	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	○	
	39	いろはもみじ会	新屋敷第二公民館	大路3-4-45	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		
	68	エルティいきいきクラブ	エルティ 7階	大路1-1-1 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	○	
	116	西大路第三町内会	パナソニックエイジフリー	野村1丁目24-10	月	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		
	120	おおみや友愛サロン	大路会館	大路2丁目2-33	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	○	
渋川	1	中五ゆうゆう会	中出第五町会館	野村1-1-15	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方も、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)行っています
	59	いきいき百歳体操サロン(北渋川)	渋川北会館	渋川2-8-12	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	○	
	76	いきいき長寿体操渋川の会	渋川まちづくりセンター	西渋川2-9-38	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	西渋川2-7-65	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 見学OKです
	98	レタス	渋川南会館	渋川1-4-20の前	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方も、同じ町にお住まいの方	○	
	101	若竹ほのぼの会	渋川東会館	若竹町4-3の近く	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方も、同じ町にお住まいの方	○	
108	中出しなやか会	中出会館	西渋川2丁目8-39-39	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	渋川1丁目1-30	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	渋川1丁目7-14	水	15:00~15:45	直接、会場に来てください	町内会に入っている方		
	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	渋川1丁目2-26	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	○	転倒予防体操 お好きな体操だけ参加 することができます 途中参加、退室できま す 必ず、水分をご持参く ださい
老上西	2	新浜寿サロン	新浜会館	新浜町68-1	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	○	
	45	元氣百倍体操	老上西まちづくりセンター	矢橋町526-1	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	よし池鳩が森集会所	南笠町1074-3	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	矢橋町1161	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		
	74	ヴィアプレッソふれあいサロン	ヴィアプレッソ集会所	矢橋町2070-1	火	13:30~14:30	管理人さんに言ってください	マンション住人なら誰でも	○	
	75	橋岡さわやか会	橋岡会館 1階	橋岡町71	月	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		
	119	いきいき百歳体操わかば会	よし池鳩が森集会所	南笠町1074-3	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~
老上	5	南草津団地いきいきクラブ	南草津団地集会所	橋岡町16-2	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	○	
	40	湖州平いきいきクラブ	湖州平集会所	矢橋町52-60	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	野路町136-18	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	南笠町1217	木	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	○	
	88	川ノ下いきいき百歳体操	川ノ下会館	野路町494-3	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	野路町520	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	○	
玉川	23	萩いきいき	玉川まちづくりセンター	野路9-7-42	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	野路東5-19-30	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	野路1-15-15	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	○	七星気功も実施してい ます
	28	いきいき(体操)倶楽部	桜ヶ丘会館	桜ヶ丘4-3-4	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	○	13:30~15:30まで 開催しています その他、脳トレ・お楽 しみ会・健康講座も やっています
	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	野路1-15-5	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	野路1-7-13	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	野路2-13-2	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	野路7-1-18	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	○	
	31	新南笠体操クラブ	新南笠自治会館	南笠東2-6-26	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	○	

南笠東	4	いきいき体操クラブ(狼川)	狼川町会館	南笠東4-1-257	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	○	
	33	地域サロンほほえみ(東南笠)	東南笠町内集会所	南笠東3-6-6	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	○	
	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	笠山5-3-66	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	○	
	92	サロン・レストタウン	南笠ニュータウン自治会館	笠山6-15-20	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方も、同じ町にお住まいの方	○	
	128	百歳体操笠山	笠山会館	笠山1丁目8-71	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	○	
山田	9	いきいきつばさ	木川町農業会館	木川町517	金	9:00~10:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	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	南山田町776	水	10:00~11:20	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	認知症予防ゲームもしています
	32	出屋敷団地 かがやき	出屋敷団地自治会館	木川町1041-4	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	○	
	35	サロンひまわり	出屋敷会館	木川町833-1	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	南山田町1100-50	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方	○	忍耐力操もやっています
	47	ハッピークラブ	山田まちづくりセンター	南山田町678	金	13:15~15:00	市から代表者に確認してから	町内会に入っていない方も、同じ町にお住まいの方	○	6月~9月はサマータイムで9:30-11:30
	50	みつつけサロン	三ツ池集会所	木川町336-123	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	○	
	55	なごみ会	出屋敷団地自治会館	木川町1041-4	月	13:30~14:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	
	63	新田町ほほえみ会	新田会館	木川町898-3	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	○	
	94	北山田町ファミリー	北山田会館	北山田町787	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も、同じ町にお住まいの方	○	
	117	ぼかぼかサロン岡	岡町自治会館	南山田町2317-1	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も、同じ町にお住まいの方	○	月1回は、食事を10:00-14:00です
	124	サロンみちくさ	陽ノ丘団地集会所	木川町1212 B棟 1階	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	○	0
	126	ほのぼのサークル浜風	不動浜会館	南山田町1712-2	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	山田町144-1	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も、同じ町にお住まいの方	○	
笠縫	8	コスモス	笠縫団地集会所	上笠4-34-23 1階	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	上笠1-24-44	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	野村2-13	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	下笠町803-1	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も、同じ町にお住まいの方	○	町外の方でも前もって言うていただければ
	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	上笠3-8-23	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	松原シニアクラブ	松原会館 老人憩の家	下笠町289-1	火	9:40~11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っている方	○	
	73	浜咲クラブ	浜会館	下笠町1556	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
	77	丸の内仲良し会	丸ノ内会館	野村4-7-21	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	○	
	86	今日もきたでサロン	下笠町北出集会所	下笠町995	月	13:30~14:30	市から代表者に確認してから	町内会に入っている方	○	ステップ体操・茶話会もやっています

	93	サロンひまわり（南出）	南出集会所	下笠町1426の裏	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も、同じ町にお住まいの方	○	
	100	上笠第二老人クラブ	笠縫まちづくりセンター	上笠1丁目6-3	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	○	只今、募集はしておりません
	102	野村南町地域サロンアピオ	野村南町集会所	野村3丁目12-8	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	○	
	103	上笠第四生き生きサロン	上笠第四集会所	上笠4丁目29-4	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	○	
	125	マナの会	草津キリスト教会	野村4丁目13-20	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		
笠縫東	18	ぼちぼちの会駒井沢	駒井沢公民館	駒井沢町317-1	火・金	10:00~11:00	直接、会場に来てください	町内会に入っていない方も、同じ町にお住まいの方	○	
	20	川原いきいき百歳体操クラブ	川原天神会館	川原4-1-2	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しょうか。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います
	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	野村5-15-10	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	○	忍忍体操
	56	ゆうわ会	生協ホール	小平井3-2-25	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	川原2丁目7-7	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		にんにん体操 サマータイム：9:00~
	104	さつき会	新堂会館	新堂町212	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	平井5丁目18-12	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	7	いきいき志那中	志那中町自治会館	志那中町407	木	9:00~10:00	直接、会場に来てください	同じ小学校区にお住まいの方	○	
	10	穴村町老人クラブ「白寿会」	穴村会館	穴村町32-4	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	芦浦町319-1	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	志那中町111-1	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	片岡町172-11	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	片岡町424	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	北大萱町806	月	9:30~10:30	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	芦浦町747-44	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	下物町113-1	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		