

令和7年度

豊橋市高齢者運動自主グループ紹介

市内で高齢者の健康づくりや介護予防を目的とした運動を行っている
住民主体のグループを紹介します。

見学、入会希望は一覧の連絡先にお電話ください。

※掲載情報は令和7年8月1日現在のため、状況が変わることがあります。

問合せ 豊橋市役所 長寿介護課 地域予防啓発グループ

電話 51-2339

※チラシへ新規掲載希望のグループもご連絡ください



番号	校区	活動場所	グループ名	活動日	活動時間	会費	会員募集	入会要件	連絡先
1	飯村	飯村校区市民館	年金者組合けんこう体操	月曜日(第2・4)	13:30~14:30	なし	○		林 典子 41-1971
2	つつじが丘	つつじが丘地域福祉センター	はつらつ会	水曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
3	つつじが丘	つつじが丘地域福祉センター	いきいきヨガ(つつじが丘)	火曜日(第2・4)	13:30~14:30	1回500円	○	60歳以上	浅野 090-9194-4559
4	つつじが丘	つつじが丘地域福祉センター	健康アップ22	火曜日(月4回)	13:30~15:00	なし	○		長寿介護課
5	石巻	石巻校区市民館	いしまきクラブ	火曜日(月4回)	13:30~14:30	月500円	○		長寿介護課
6	牛川	牛川校区市民館	牛川さくら会	水曜日(第1・3) (祝日休)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
7	牛川	青陵生涯学習センター	オールファイト	火曜日(第2・4)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
8	嵩山	嵩山自由が丘公民館	さわやか体操教室	木曜日	10:30~11:30	500円	○		長寿介護課
9	玉川	玉川校区市民館	柿の里 オレンジ	火曜日(月4回)	13:30~15:00	月2,000円	○		長寿介護課
10	多米	多米校区市民館	健康教室はなみずき	水曜日(第1・3)	13:30~15:00	1回200円	○		長寿介護課
11	多米	多米校区市民館	健康アップ花がら山	土曜日(第1・2・3)	13:30~15:00	1回100円	○		長寿介護課
12	岩田	東部老人会館	レインボー	水曜日	13:30~15:00	なし	○		長寿介護課
13	岩田	岩田校区市民館	岩田体操教室	月または火曜日 (月1~2回)	13:00~14:00	1回100円	○	女性	長寿介護課
14	岩田	平川住民会館	岩田ストレッチ	木曜日	10:30~12:00	月500円	×		長寿介護課

番号	校区	活動場所	グループ名	活動日	活動時間	会費	会員募集	入会要件	連絡先
15	豊	豊校区市民館	ハッピークラブ	木曜日(月3回)	13:30～15:00	月1,000円	○		長寿介護課
16	豊	豊校区市民館	ゆたか鍛エール	月曜日	13:30～14:30	なし	○		長寿介護課
17	豊	豊岡生涯学習センター	豊岡チーム	木曜日	13:30～15:00	月600円	○		長寿介護課
18	二川	大岩老人福祉センター	ふたがわ凡人	木曜日(月1～2回)	13:30～14:30	1回100円	○		長寿介護課
19	二川	大岩老人福祉センター	たんぼぼ体操クラブ	月曜日 (祝日休)	14:00～15:00	1回100円	○		長寿介護課
20	二川	二川生涯学習センター	健康体操	金曜日(第2・4)	13:30～15:00	3か月 1,000円	○		長寿介護課
21	二川	岩屋緑地公園	二川のんほい	水曜日(月1回)	10:00～12:00	なし	×		長寿介護課
22	二川南	二川南校区市民館	くるりん	火曜日(第1・2・3・4)	13:30～15:00	なし	○		長寿介護課
23	旭	あいトピア	いきいき教室	金曜日(月3回)	13:30～15:00	月1,000円	○		長寿介護課
24	旭	旭校区市民館	平成旭会	木曜日(第2・4)	13:30～15:00	月500円	○		長寿介護課
25	旭	旭校区市民館	AKB10	金曜日(月4回)	13:30～15:00	なし	○		長寿介護課
26	旭	あいトピア	かたつむりの会	金・土曜日(うち月4回)	10:00～11:30	月1,200円	○		長寿介護課
27	下地	下地老人福祉センター	下地元気クラブ	水曜日(月1回)	13:30～14:30	なし	○		長寿介護課
28	下地	下地校区市民館	せせらぎ会	水曜日(第1・3)	10:00～11:30	月1,000円	○		長寿介護課
29	下地	下地老人福祉センター	スピカ	火曜日(第1・3)	10:00～11:30	なし	○		長寿介護課
30	前芝	前芝校区市民館	前芝元気クラブ	木曜日(第3)	13:30～14:30	なし	○		長寿介護課
31	新川	吉田町公民館	万歩会体操クラブ	月曜日(第2・4)	10:00～12:00	なし	○		長寿介護課
32	松山	まちなか図書館周辺	まちなか運動ストレッチ教室	月曜日(第1)	10:00～11:00	なし	○		長寿介護課
33	松山	豊橋別院	はなぞの広場	水曜日(第4)	10:00～11:30	1回300円	○		長寿介護課
34	向山	向山校区市民館	元気会	火曜日(月3回)	13:30～15:00	月1,000円	○		長寿介護課
35	向山	向山校区市民館	わかば	金曜日	13:30～15:30	月600円	×		長寿介護課
36	向山	向山大池公園	Oh!池	木曜日	10:00～11:00	なし	○		長寿介護課
37	向山	東向山町三区 集会場	万年青会	火曜日(第3)	14:00～15:00	なし	○	東向山町三区 老人会会員	長寿介護課
38	花田	花田校区市民館	花田体操クラブ	火曜日(月4回)	13:30～14:30	なし	×	女性	長寿介護課

39	花田	花田校区市民館	ハッピークラブ	月曜日(月2回)	13:30~15:00	月500円	×	女性	長寿介護課
40	花田	花田校区市民館	まだわ会	水曜日(第2・4)	10:00~11:30	なし	○		長寿介護課
41	羽根井	羽根井生涯学習センター	スマイル	金曜日(第1・2・3)	10:00~11:00	月1,000円	○		長寿介護課
42	羽根井	羽根井生涯学習センター	にこにこクラブ	木曜日(第1・3・4)	13:30~14:30	月800円	×	羽根井町 周辺住民	長寿介護課
43	羽根井	鳥居新聞店	羽根井クラブ	木曜日 (月4回)	10:00~11:00	月1,000円	○		長寿介護課
44	吉田方	吉田方校区市民館	さくらんぼ	金曜日(第1・2・3・4)	13:30~15:00	月500円	○		長寿介護課
45	八町	豊城生涯学習センター	かがやき	火曜日(第1・2・3・4)	13:30~15:30	月500円	○		長寿介護課
46	八町	八町校区市民館	あすなろ	金曜日(月3回)	14:00~15:30	年600円	○		長寿介護課
47	八町	豊城生涯学習センター	健康体操ラボ・ヘルス	土曜日(第1)	9:30~11:00	1回200円	×		長寿介護課
48	松葉	松葉校区市民館	松葉てんとうむし	月曜日	13:00~14:30	なし	×		長寿介護課
49	松葉	カリオンビル	カリオン広場	水曜日(第3)	10:00~11:30	1回200円	○		長寿介護課
50	汐田	汐田校区市民館	ありのみ会	水曜日(第1・2・3)	13:30~15:00	なし	○		長寿介護課
51	汐田	汐田校区市民館	汐田体操クラブ	木曜日(第5を除く)	13:30~15:00	なし	○		長寿介護課
52	牟呂	牟呂大西公民館	はまぐり会	火曜日(第3)	13:30~15:00	なし	○		長寿介護課
53	牟呂	牟呂地域福祉センター	キラキラ青竹会	水曜日(第1・2・3・4)	13:30~15:00	なし	×		長寿介護課
54	牟呂	牟呂坂津公民館	さくら会	火曜日(第1・3・4)	13:30~15:00	月500円	○		長寿介護課
55	牟呂	牟呂外神公民館	PPK	土曜日	10:00~11:30	月500円	○		長寿介護課
56	植田	植田校区市民館	植田ひまわりクラブ	火曜日	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
57	植田	植田校区市民館	植田はつらつ体操	金曜日	13:30~15:00	なし	×		長寿介護課
58	大清水	大清水地域福祉センター	すみれ会	土曜日(月4回)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
59	大清水	大清水地域福祉センター	なかよし体操	水曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
60	中野	中野校区市民館	楽楽クラブ	金曜日(第1・2・3)	10:00~11:30	月1,000円	×		長寿介護課
61	中野	南陽生涯学習センター	男デーズ	木曜日(第1・3)	10:00~11:30	月1,000円	○	男性	長寿介護課
62	栄	栄校区市民館	チームひまわり	火曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
63	栄	栄校区市民館	エイジレス	月曜日 (祝日休)	13:30~15:00	なし	×		長寿介護課

番号	校区	活動場所	グループ名	活動日	活動時間	会費	会員募集	入会要件	連絡先
64	高師	高師老人福祉センター	健やか会	水曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,000円	×		長寿介護課
65	高師	高師校区市民館	ピンクパンサー	火曜日(第2・4)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
66	高師	本郷生涯学習センター	本郷かたつむりの会	木曜日(月3回)	10:00~11:30	月1,000円	○		長寿介護課
67	高師	高師校区市民館	いきいきヨガ(高師)	火曜日(第1・3)	11:30~12:30	1回900円	○		浅野 090-9194-4559
68	天伯	天伯校区市民館	フレッシュ天伯	月曜日(第1・2・3)	13:30~15:00	なし	×		長寿介護課
69	天伯	天伯校区市民館	ラビット天伯	金曜日	13:00~14:30	なし(月1回ヨ ガ参加800円)	×		長寿介護課
70	野依	野依校区市民館	なのはな会	木曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
71	野依	のよりんkupi	さわやか会	木曜日(第1・3)	9:30~11:00	1回500円	○	連絡時に 説明	矢澤 090-9221-3971
72	小沢	小沢校区市民館	楽笑ゆずの会	月曜日	13:30~15:00	月1,000円	○		朝倉 21-2575
73	杉山	杉山生涯学習センター	カサブランカ	火曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,300円	○	65歳以上	長寿介護課
74	杉山	御園集会所	お気楽会	水曜日(第1・3)	10:00~11:30	1回300円	○		長寿介護課
75	豊南	城下老人憩いの家	ふれあい体操	火曜日(月4回)	13:30~14:30	月500円	○		鈴木 25-6891
76	豊南	高豊生涯学習センター	はつらつ高豊	木曜日(第2・4)	13:30~15:00	月500円	○		長寿介護課
77	富士見	富士見校区市民館	ハツラツサークル	火曜日(月3回)	13:30~15:00	月1,000円	○		長寿介護課
78	富士見	富士見ハウス	シクラメン	金曜日(第1・3・4)	10:00~11:00	月100円	○		長寿介護課
79	細谷	細谷校区市民館	フレッシュはつらつ会	金曜日	13:30~15:00	なし	○		林 21-2983
80	細谷	五並生涯学習センター	けんこう五並	火曜日	10:00~11:30	なし	○	細谷校区老人 会会員優先	村田 080-3255-0884
81	幸	幸校区市民館	すこやかクラブ	月曜日	13:30~15:00	月500円	○		長寿介護課
82	幸	幸校区市民館	みゆき乙女会	水曜日(第2・4)	13:30~15:00	1回100円	○		長寿介護課
83	幸	若松公民館	曙クラブ	月曜日(月1回)	13:30~15:00	月200円	○		長寿介護課