

わかやまシニアエクササイズ自主グループ活動 一覧表（令和8年4月1日現在）



見学や参加を希望される方は、お近くの地域包括支援センターまでご連絡ください。

	自主グループ名	活動場所	活動場所 住所	地区	担当 包括
1	磯の浦ネオポリス自治会シニアトレーニング	磯の浦ネオポリス自治会館	磯の浦555	西脇	西脇
2	八起会本脇支部	本脇自治会館	本脇146-1	西脇	西脇
3	西庄シニアエクササイズ	西庄自治会館1階ホール	西庄699-9	西脇	西脇
4	グリーン団地シニアエクササイズ	西脇グリーン団地集会場	西庄155	西脇	西脇
5	ワダイビクス加太天理	天理教加太分教会	加太2395	加太	西脇
6	新婦人爆笑、花みず木班合同シニアエクササイズ会	木本地区会館	木ノ本127-2	木本	木本
7	木ノ本東明朗会介護予防体操	木ノ本文化会館	木ノ本728-1	木本	木本
8	川原崎（かわらさき）エクササイズの会	栄谷川原崎自治会館2階	住所なし（栄谷369近く）	貴志	木本
9	らんまん古屋	松樹苑（古屋自治会館）	古屋221	木本	木本
10	グリーンクラブ	福祉ホームあした	榎原204-10	木本	木本
11	木本地区シニアエクササイズ	木本地区会館	木ノ本127-2	木本	木本
12	梅原南 げんきクラブ	梅原南自治会館	梅原250-4	貴志	木本
13	笑（ショウ）	栄谷川田自治会館	栄谷228	貴志	木本
14	いきいき体操クラブ	新榎原自治会館	榎原112-22	木本	木本
15	ふじとスマイル	西日本開発センター（ふじと台）	中636-3	貴志	木本
16	貴志地区公民館シニア体操クラブ	貴志連絡所2階	向88-1	貴志	木本
17	新西木ノ本自治会シニアエクササイズ	新西木ノ本自治会館	木ノ本260-5	木本	木本
18	マッシュルームクラブ	榎原団地自治会館	榎原150番地	木本	木本
19	中団地 虹の会	中団地自治会館	中94-48	貴志	木本
20	カーネーション	個人宅	木本地区内	木本	木本
21	湊レッグトレーニング	湊文化会館	湊2丁目7-12	湊	松江
22	八起会河西支部	河西コミュニティセンター	松江北2丁目20-7	松江	松江
23	松専寺「シニア健康体操」	松専寺 本殿	松江中1丁目9-26	松江	松江
24	松江ファミリーシニアクラブ	松江住宅自治会館	松江北2丁目8-18	松江	松江
25	ワダイビクス松江北	松江住宅自治会館	松江北2丁目8-18	松江	松江
26	輝けイレブン	河西コミュニティセンター	松江北2丁目20-7	松江	松江
27	スマイル12河西	河西コミュニティセンター	松江北2丁目20-7	松江	松江
28	松江第1区自治会 健康体操	松江第1区自治会館	松江東1丁目3番36号	松江	松江
29	和太SANTEクラブ	河北コミュニティセンター	市小路192-3	楠見	野崎
30	シニアエクササイズ第6期0B会	河北コミュニティセンター	市小路192-3	楠見	野崎
31	野崎わかあゆ会	野崎自治会館	野崎194-1	野崎	野崎
32	東洋台体操クラブ	東洋台自治会集会所	善教寺706-124	楠見	野崎
33	T. M. てん	河北コミュニティセンター	市小路192-3	楠見	野崎
34	シニアエクササイズ”こうのとり”	船所自治会館	船所25-8	楠見	野崎
35	島橋シニア体操クラブ	島橋地区会館	島橋北ノ丁1-22	野崎	野崎
36	シニアエクササイズ粟の会	粟自治会館	粟263	楠見	野崎

わかやまシニアエクササイズ自主グループ活動 一覧表（令和8年4月1日現在）



見学や参加を希望される方は、お近くの地域包括支援センターまでご連絡ください。

	自主グループ名	活動場所	活動場所 住所	地区	担当 包括
37	ワダイビクス笑顔13期	河北コミュニティセンター（または河西コミュニティセンター）	市小路192-3	楠見	野崎
38	平井ふれあい会	平井ふれあいセンター	平井72-1	楠見	野崎
39	楠見いくひめクラブ	楠見連絡所	楠見中98-7	楠見	野崎
40	梶取東体操クラブ	河北コミュニティセンター	市小路192-3	楠見	野崎
41	医療生協 河北班	直川支所2階	直川1254	直川	有功
42	七生会	北コミュニティセンター	直川326-7	直川	有功
43	SEイレブン	北コミュニティセンター	直川326-7	直川	有功
44	直川体操クラブ	直川ニュータウン西自治会館	直川1137-4	直川	有功
45	上野なでしこ会	上野北自治会館研修棟	上野237	紀伊	川永
46	やまぐちオモロー会 ささえ愛ビクス	和歌山高齢者生活協同組合 やまぐちささえ愛センター	里198-3	山口	川永
47	すみれの会	和歌山高齢者生活協同組合 やまぐちささえ愛センター	里198-3	山口	川永
48	紀伊シニアエクササイズの会	紀伊小学校体育館	弘西321	紀伊	川永
49	エクササイズ ライオンズクラブ	ライオンズマンション集会室	北野229-1	紀伊	川永
50	楽楽令和	府中御坊団地自治会館	府中92-35	紀伊	川永
51	紀伊はなみずき	高齢者総合ケアセンター紀伊	北野117番地1	紀伊	川永
52	小倉団地 健康体操クラブ	小倉団地自治会館	小倉団地内の公園横	小倉	和佐
53	ワダイビクス小倉	小倉地区公民館	新庄45-2	小倉	和佐
54	ワダイビクスJA小倉	小倉地区公民館	新庄45-2	小倉	和佐
55	スマイル12和佐	和歌山ヤクルト販売株式会社社会議室	岩橋775	西和佐	和佐
56	高柳体操クラブ	高柳自治会館	岩橋274（法照寺となり）	西和佐	和佐
57	ワダイビクス小倉（河南）	河南コミュニティセンター	布施屋41	和佐	和佐
58	TMてん支部 菖蒲ヶ丘	菖蒲ヶ丘団地第1集会所または団地内公園	吉礼537-1	西山東	東山東
59	山東あるこう会	東部コミュニティセンター又は竹の里園第2デイサービス	寺内665、明王寺3-1	岡崎	東山東
60	東 なごみ会	東部コミュニティセンター	寺内665	岡崎	東山東
61	MBPグループ	菖蒲ヶ丘団地第1集会所	吉礼537-1	西山東	東山東
62	あおぞら神前	有料老人ホームNICO北駐車場	神前182-1	岡崎	東山東
63	フレンズ	岡崎支所2階	森小手穂1262-1	岡崎	東山東
64	さざなみ体操教室	紀三井寺団地自治会館	紀三井寺1-270	名草	名草
65	きらり体操教室	紀三井寺団地自治会館	紀三井寺1-270	名草	名草
66	安原健康クラブ	安原支所	桑山38-1	安原	名草
67	名草シニアエクササイズ	南コミュニティセンター	紀三井寺856	名草	名草
68	ナグサーズ	南コミュニティセンター	紀三井寺856	名草	名草
69	シニアエクササイズ”ひまわり”	三田連絡所	坂田286	三田	名草
70	和歌浦シニア健康体操A	和歌浦地区公民館	和歌浦西2丁目1-19	和歌浦	雑賀
71	元気ではつらつ健康体操	片男波集会場	和歌浦南3丁目4	和歌浦	雑賀
72	シニアエクササイズ雑賀	雑賀支所	西浜1丁目4-48	雑賀	雑賀

わかやまシニアエクササイズ自主グループ活動 一覧表（令和8年4月1日現在）



見学や参加を希望される方は、お近くの地域包括支援センターまでご連絡ください。

	自主グループ名	活動場所	活動場所 住所	地区	担当 包括
73	シニアエクササイズ 片男波ふれあい会	片男波集会所	和歌浦南3丁目4	和歌浦	雑賀
74	レインボーシニアエクササイズ	イエスキリスト教団和歌山支部	塩屋6丁目3-10	雑賀	雑賀
75	浪早クラブ	田野自治会館	田野354	田野	雑賀
76	しおかぜ会	片男波集会所	和歌浦南3丁目4	和歌浦	雑賀
77	シニアエクササイズの会 ぼっぼぼ	ナルデンコミュニティビル2階	西浜1038-52	雑賀	雑賀
78	関戸シニア健康体操	地域包括支援センター雑賀1階	関戸1丁目4-15	雑賀	雑賀
79	雑賀崎健康体操	雑賀崎支所	雑賀崎1286	雑賀崎	雑賀
80	ころばん体操しおや	塩屋自治会館	塩屋4丁目6	雑賀	雑賀
81	秋葉シニアエクササイズ	秋葉町自治会館	秋葉町6番13号	雑賀	雑賀
82	大浦元気アップ教室 「さくら」	大浦自治会館	西浜1082-11	雑賀	雑賀
83	和歌浦シニア健康体操B	和歌浦支所2階	和歌浦西2丁目1-19	和歌浦	雑賀
84	キラッと水軒	水軒自治会館	西浜1239	雑賀	雑賀
85	N-体操クラブ	NTT和歌山東別館	太田4丁目4-41	宮	宮前
86	きのとも会SE和歌山	ビッグホール西側広場またはビッグ愛9階会議室	手平2丁目1番2号	宮前	宮前
87	宮前シニアエクササイズ	杭ノ瀬文化会館	杭ノ瀬76-7	宮前	宮前
88	新日本婦人の会 ねむの木班(砂山地区)	砂山連絡所2階	砂山南2丁目1-4	砂山	高松
89	スマイル	今福自治会館	今福2丁目2-88	今福	高松
90	砂山婦人会エクササイズの会	砂山連絡所	砂山南2丁目1-4	砂山	高松
91	築港なでしこの会	築港会館	築港3丁目27番地	砂山	高松
92	高松シニアエクササイズ	高松連絡所2階	東高松2丁目4-46	高松	高松
93	「砂山花水木」の会	湊御殿会館	湊御殿3丁目7-7	砂山	高松
94	吹上シニアエクササイズの会	吹上小学校屋内運動場	吹上4丁目1-15	吹上	高松
95	シニアエクササイズ吹上会	吹上連絡所	堀止東1丁目6-17	高松	高松
96	今福体操サークル	今福連絡所	今福2丁目2-88	今福	高松
97	ひまわり健康体操の会	和歌山県立図書館ふれあいルーム	西高松1丁目7番38号	高松	高松
98	和(なごみ)A	西コミュニティセンター	砂山南3丁目1番11号	砂山	高松
99	和(なごみ)B	西コミュニティセンター	砂山南3丁目1番11号	砂山	高松
100	和歌山シニアエクササイズ一期会	中央コミュニティセンター	三沢町1丁目2	芦原	新南
101	いきいきシニアわかやま体操部	中央コミュニティセンター	三沢町1丁目2	芦原	新南
102	SE9期会 ふれ愛支部	ふれ愛センター	木広町5丁目1-9	新南	新南
103	スマイル12中央	中央コミュニティセンター	三沢町1丁目2	芦原	新南
104	SE9期会 広瀬会 A	広瀬地区会館(広瀬連絡所2階)	広瀬中ノ丁1丁目16	広瀬	新南
105	生協芦原 シニアエクササイズ	生協芦原診療所2階組合員ホール	雄松町2丁目55	芦原	新南
106	れいわ愛和会	中央コミュニティセンター	三沢町1丁目2	芦原	新南
107	わくわく	生協芦原診療所2階組合員ホール	雄松町2丁目55	芦原	新南
108	元気シニア体操	中央コミュニティセンター	三沢町1丁目2	芦原	新南
109	みやきたシニアエクササイズの会	宮北小学校体育館	納定21	宮北	宮北

わかやまシニアエクササイズ自主グループ活動 一覧表（令和8年4月1日現在）



見学や参加を希望される方は、お近くの地域包括支援センターまでご連絡ください。

	自主グループ名	活動場所	活動場所 住所	地区	担当 包括
110	和歌山中央医療生活協同組合シニアエクササイズサークル	生協病院多目的ホール	有本143-1	四ヶ郷	宮北
111	和歌山中央医療生活協同組合・中地区「健康体操サークル」	いこら会館	中之島867-1	中之島	宮北
112	ふれあいいいきサロン中之島	中之島連絡所2階	中之島1495	中之島	宮北
113	SEイレブン ケヤキ	宮北地区集会所	友田町3丁目	宮北	宮北
114	レインボークラブ	地域支えあいセンター虹	中之島880-1	中之島	宮北
115	四箇郷シニアエクササイズの会	北加納自治会館	加納	四ヶ郷	宮北
116	わかやまシニアエクササイズふくろうの会	フォルテワジマ6階Cルーム	本町2丁目1	本町	城北
117	はっぴー会	フォルテワジマ4階イベントホール	本町2丁目1	本町	城北
118	SE9期・雄湊会	フォルテワジマ6階Cルーム	本町2丁目1	本町	城北
119	雄湊えびすクラブ 健康づくり体操部	雄湊連絡所2階	伝法橋南ノ丁16	雄湊	城北