

# 「いいあんべえ体操サポーター」所属グループ一覧

令和6年3月現在

「いいあんべえ体操サポーター」が所属しているグループの一覧です。

「いいあんべえ体操」とは、生涯にわたって骨や関節の健康を保ち続けることができるよう、誰でも簡単にできる筋力アップ運動などをまとめた秋田市オリジナルの体操です。

いいあんべえ体操サポーターは、自主的なグループ活動の中でこの体操を広げるため、サポーターの養成講座を修了したかたがたです。グループに興味のあるかたは、掲載されている連絡先又は「秋田市保健所 保健予防課」までお問い合わせください。

※ 市が主催する教室ではなく、地域で自主的に運営されているグループです。

※ 実施グループや会場の都合により、実施日時・場所等は急遽変更される場合があります。

※ 年末年始、お盆には実施されない場合があります。

※ 令和6年1月までにグループから提供していただいた情報を掲載しています。



地域	グループ名	日時	場所	代表者・サポーター 連絡先	備考
中央	軽スポーツクラブむつみ会	毎週木 10:00～12:00	県立体育館 県社会福祉会館体育場	(代・サ)高橋庄四郎 090-2797-7328 (サ)高田容子	原則会に加入している会員が対象です。(体験可能) 年会費:3,000円
	菊谷小路いきいき町づくりの会	第1金 10:00～11:30	保戸野地区コミュニティセンター	(代・サ)工藤八重子 018-865-5777 (サ)横屋範子 (サ)鷺谷卷子	参加費:無料
	ゴールドレディース	第1・3木 10:00～11:30	中央市民サービスセンター (センタース)3F	(代)伊藤茂子 (サ)佐藤博美 090-2796-0293	参加費:月1,000円
	元気はつらつ	第4木 10:00～11:30	保戸野地区コミュニティセンター	(代)坂田信子 090-1859-4281 (サ)大原美保	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:300円
	泉女性交流会	4月～12月 第2月	泉語らいの家	(代)鎌田妙子 018-864-0572 (サ)小林ミヤ子	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:500円
	泉のびのび会	3月～12月 第1月 10:00～11:30	泉語らいの家	(代)佐々木千代子 090-9632-1163 (サ)小林ミヤ子	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:300円
	健康友の会	第2・4火 13:30～15:00	八橋老人いこいの家	(代)斎藤唱子	参加費:月500円
東部	体操友の会	第1～4火 9:20～11:30	東部市民サービスセンター (いーばる)	(代)佐藤ヤエ子 018-838-2049	女性のみ 年会費:4,000円
	横森四丁目なかよしサロン	第3月	横森四丁目公民館	(代・サ)高橋弘子 018-833-4392	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:無料
	太平かがやきの会	第2・4水 13:30～15:00	太平地区コミュニティセンター	(代)佐々木昇子 (サ)森合輝美 (サ)佐藤ヤエ子	参加費:無料
	桜小地区体カづくり教室	第1・3火 10:00～11:30	桜地区コミュニティセンター	(代・サ)朝倉孝子 018-832-6978 (サ)高橋弘子 (サ)守田礼子	参加費:無料 傷害保険費200円
	体操会ルンルン	第2・4水 10:00～11:30	河辺岩見三内地区 コミュニティセンター	(代・サ)石塚紀子 018-884-2452	参加費:無料
	すこやか体操	第4火 13:30～15:00	河辺総合福祉交流センター	(代・サ)中川 和子 018-845-8349	参加費:月500円
	下北手地区保健推進委員会	月2回 火 10:00～11:30 (6月～11月までの 年10～12回)	下北手地区コミュニティセンター	(代・サ)川村牧子 018-834-9427	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:無料
	柵の会	第2・4火 13:30～15:00	東部市民サービスセンター (いーばる)	(代・サ)大原美保 018-868-5351	参加費:1,000円
	赤平いいあんべえ体操クラブ	毎週水 9:30～11:30	町内ふれあい館	(代・サ)加藤照子 018-882-5245	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:お茶代月600円
	むつみサロン	月1回 不定期	東地区コミュニティセンター	(代・サ)川和田照子 018-825-2163	同じ地域のかたのみが参加可能です。

地域	グループ名	日時	場所	代表者・サポーター 連絡先	備考
西部	勝平いいあんべえ体操教室	毎週月 (祝日も実施) 10:00～11:45	勝平地区コミュニティセンター	(代・サ)菅生紀光 018-866-2765 (サ)菅生勝子 (サ)小林悦子 (サ)鈴木恵子 (サ)高橋祐治 (サ)小玉金義	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:無料
	ひよし体操クラブ	第2・4水 10:00～13:00	メディック薬局内交流スペース	(代・サ)伊藤均矢 090-7662-0153	参加費:1,000円(6か月500円)
南部	サハラクラブ	第1・3月 9:00～11:00	仁井田地区コミュニティセンター	(代・サ)吉田富子 090-1655-1168	年会費:500円
	ふきクラブ	第2・4金 9:00～11:00	仁井田地区コミュニティセンター	(代・サ)吉田富子 090-1655-1168	年会費:1,000円(保険代含む)
	生き活きサロンおおすみ	第2・4土 9:00～11:30	大住地区コミュニティセンター	(代・サ)岩田千鶴子 090-2955-1532	年会費:700円
	牛島地区保健推進委員会 いいあんべえ体操 体づくり教室	第2月曜日、毎月最終日 10:00～11:30	南部市民サービスセンター (なんびあ)別館	(代・サ)小野寺猛 090-6625-2408 (サ)金野須真子 (サ)佐藤照子 (サ)福岡瑠美子	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:無料
北部	いいあんべえ体操	第2・4火 10:00～11:00	寺内地区コミュニティセンター 和室	(代)古谷洋子 018-845-6915 (サ)伊東さわ子	参加費:無料
	いいあんべえ運動	第1・3火 10:00～11:30	秋田県立小泉湯公園 パークセンター	(代・サ)平川悦子 018-846-6961	参加費:無料
	港げんきくらぶ	第3水 10:00～14:00	土崎本山町会館	(代・サ)鎌田千鶴子 018-857-2754	参加費:無料
	寺内小学区体づくり教室	毎週火 10:00～11:30 (学校休業日は休み)	寺内児童センター	(代・サ)高橋若子 018-862-3090	参加費:無料
	ひまわり会	第1・3水 10:00～11:30	ケアコンプレックス三千刈	(代・サ)高橋若子 018-862-3090 (サ)門脇郁子	参加費:無料
	歩こう会	12月～3月 第3金 10:00～12:00	寺内地区コミュニティセンター	(代・サ)高橋若子 018-862-3090	参加費:無料
	健康ダンス	毎週	寺内地区コミュニティセンター	(代・サ)星野富美子 018-857-3411	参加費:月900円
	なでしこ	第2月 10:00～11:30 第4木 13:30～15:30	飯島地区コミュニティセンター	(代・サ)中川和子 018-845-8349	参加費:1回500円
	くるみの会	第2・4金 10:00～11:30	飯島地区コミュニティセンター	(代・サ)中川和子 018-845-8349	同じ地域のかたのみが参加可能です。 参加費:1回500円
	スマイルリバーズ	第1・3金 10:00～11:30	細川レコード	(代・サ)中川和子 018-845-8349	参加費:1回500円
	わすれんさつき会	第2・4木 13:00～16:00	外旭川地区コミュニティセンター	(代・サ)高橋若子 018-862-3090 (サ)遠田弘志 (サ)小澤忠 (サ)菅原宿義	参加費:無料
	かんきょうの会	第1・3金 10:00～11:30	飯島南地区コミュニティセンター	(代)斎藤唱子	参加費:月500円

問合せ先:秋田市保健所 保健予防課 電話:018-883-1178 FAX:018-883-1173