

NO.	地 区	名 称	開催場所	開 催 日	開 催 時 間	問い合わせ先
1	金華	さわやか筋トレ教室	金華公民館	第2・4(月)	10:40～11:40	中保健センター 電話 058-214-6630
2	京町	京町いきいき筋トレ教室	京町公民館	第1・3(火)	13:30～14:30	
3	徹明	てつめい筋トレ倶楽部	徹明公民館	第1・第3(水)	10:00～11:30	
4	梅林	ゆっくりいきいき筋トレ教室	梅林公民館	毎週(火)	9:30～	
5					10:30～	
6	白山	筋トレ教室	白山公民館	毎週(月)	9:10～10:10	
7					10:30～11:30	
8	華陽	華陽筋トレ教室	華陽公民館	毎週(火)	9:30～	
9					10:30～	
10	本郷	らくらく貯筋クラブ	本郷公民館	第1・2・3(木)	13:30～14:45	
11	木之本	木之本筋トレ	木之本公民館	第2・4(火)	13:30～14:30	
12	島	島いきいきサロン	島公民館	第2(金)	9:30～11:00	
13	早田	早田寿クラブ筋トレ体操	早田公民館	第2(金) 第4(火)	13:00～14:00	
14	則武・早田 城西・島	日光 元気はつらつ塾	城西公民館	第2・4(水) (祝日は休み)	10:00～11:30	
15	則武	元気はつらつ則武	則武公民館	第4以外の(月)	10:00～11:30	
16	岩	岩田筋トレクラブ	岩田公民館	第1・2・3(月) (祝日は休み、変更あり)	9:45～10:45	
17	芥見	東部筋トレサポータークラブ	芥見公民館	第1・3(火)	10:00～11:30	
18	芥見東 芥見南	東部筋トレサポータークラブ	芥見東公民館	第2・4(土)	10:00～11:30	
19	日野	シャンシャンクラブ (ふれあいサロン)	権現野公民館	第2・4(水)	10:00～11:30 (筋トレ30分)	
20		筋トレ同好会	日野公民館	毎週(火)	10:00～11:40	
21		楽しい筋トレ	日野公民館	毎週(金)	10:00～11:40	
22	長森南	長森南いきいき筋トレクラブ	長森南公民館	毎週(金)	10:00～11:30	
23		長森南いきいき筋トレクラブ	長森南公民館	毎週(水)	10:00～11:30	
24		シルバークラブ	細畑公民館	第2・4(金)	10:00～11:30	
25		芋島公民館筋トレクラブ	芋島公民館	第2・3・4(木)	10:00～11:30	
26		さわやかクラブ	蔵前公民館	第1・2・3・4(月)	10:00～11:30	
27		高田筋トレクラブ	高田公民館	第2・4(月)	10:00～11:30	
28		手力いきいき筋トレクラブ	手力公民館	毎週(水)	13:30～15:00	
29	長森北	長森北筋トレクラブ	長森北公民館	第1・2・3・4(木)	9:30～11:00	
30		筋トレ華の会	長森北公民館	第1・2・3(水)	13:30～15:00	
31	長森西	さわやか筋トレクラブ	北一色公民館	第1・3(水)	13:30～15:00	
32		さわやか筋トレクラブ	岩戸公民館	第1・4(金)	13:30～15:00	
33	長森東	新田いきいき筋トレクラブ	新田公民館	第1・2・3・4(木)	13:30～15:00	
34		岩地いきいき筋トレクラブ	岩地公民館	第1・2・3・4(水)	10:00～11:30	
35	長森	いきいき筋トレクラブ	長森コミュニティセンター	毎週(木)	13:30～15:30	

NO.	地 区	名 称	開催場所	開 催 日	開 催 時 間	問い合わせ先
36	加納東	加納東筋トレクラブ	加納東公民館	毎週(火)	13:30～15:00	南保健センター 電話 058-271-8010
37	加納西	加納西筋トレクラブ	加納西公民館	毎週(木)	9:30～10:30 10:45～11:45	
38	茜部	寺屋敷筋トレ同好会	寺屋敷公民館	毎週(火)	10:30～11:30	
39		菱野教室	菱野公民館	毎週(木)	10:30～11:30	
40		辰新筋トレサークル	辰新公民館	毎週(火)	10:00～11:30	
41		大野いきいきサロン	大野公民館	第2・4(火)	10:00～11:00	
42	厚見	厚見筋トレサークル	厚見公民館	第1・3・4(土) (変更あり)	9:30～11:00	
43	本荘	元気サロン	本荘公民館	第2・4(火)	9:30～11:00	
44	三里	みさと筋トレサークル ※参加は三里地区住民に限る	三里公民館	毎週(火)	10:00～11:00	
45			宇佐公民館	毎週(木)	10:00～11:00	
46	市橋	いちはし筋トレサークル	市橋コミュニティセンター	第3(金) (変更あり)	9:30～11:00	
47	鏡島	鏡島いきいき筋トレクラブ	鏡島公民館	第1・3(水) (祝祭日は休み)	9:30～10:45	
48	鶉	鶉筋トレ体操	鶉公民館	毎週(月)	10:00～11:00	
49	日置江	日置江いきいき筋トレ体操	日置江公民館	第1・3(木)	10:00～11:00	
50	柳津	柳津いきいき筋トレ体操	柳津生涯学習センター	第2・4(木)	14:00～15:00	
51		柳津いきいき筋トレ体操 (ライフポート)	ライフポート	毎週(土)	9:30～10:00	
52		南塚いきいき筋トレやろまい会	南塚会館	第1・3(木)	14:00～14:30	
53		北塚いきいき筋トレやろまい会	北塚会館	第1・2・3・4(火)	10:00～11:00	
54		東塚いきいき筋トレ体操	東栄会館	第2・4(木)	10:00～11:00	
55		ゆうあいクラブ	柳津公民館(大会議室)	毎週(水)	13:30～14:30	
56	北部7地区	北部コミセン筋トレサロン	北部コミュニティセンター	第2・4(土)	10:00～11:30	
57	長良	スローライフ 長良筋トレ会	長良公民館	毎週(水)	10:00～11:30	
58	長良西	長良西公民館 いきいきサロン	長良西公民館	第3(水)	10:00～11:30 (筋トレ30分)	
59		JAぎふ長良西 いきいきサロン	JAぎふ長良西	第3(木)	10:00～11:30 (筋トレ30分)	
60		若福公民館 筋トレサロン	若福公民館	第1・2・3・4(金)	9:30～11:00	
61	長良東	長良東いきいき筋トレクラブ	長良東公民館	毎週(水)	13:30～14:30	
62		サンライフあすなろサロン	サンライフ岐阜	奇数月 第3(金)	10:00～11:30 (筋トレ30分)	
63		真福寺あすなろサロン	真福寺公民館	奇数月 第3(水)	10:00～11:30 (筋トレ30分)	
64		中川原あすなろサロン	中川原公民館	偶数月 第4(水)	10:00～11:30 (筋トレ30分)	
65	鷺山	鷺山筋トレクラブ	鷺山公民館 (鷺山小学校隣接)	第1・3(土)	13:30～15:00	
66		ふれあいサロン ほっこり広場 いきいき筋トレ	マーサ21 南館4階	偶数月 第4(木)	10:30～11:30	
67		さわやかGBクラブ	JAぎふ鷺山支店2階	第2(水)	13:30～15:00	
68	常磐	常磐筋トレクラブ	常磐公民館	第2・4(火)	10:00～11:30 (7月～9月は9:30～11:00)	

NO.	地 区	名 称	開催場所	開 催 日	開 催 時 間	問い合わせ先
69	岩野田	三田洞東いきいき筋トレ体操	三田洞東公民館	第3(火)	10:00～11:00	北保健センター 電話 058-232-7681
70		岩野田いきいき筋トレ体操	岩野田公民館	第1・4(木)	10:00～11:00	
71		三田洞いきいき筋トレ体操	三田洞公民館	第1(月)	10:00～11:00	
72	岩野田北	岩野田北いきいき筋トレクラブ	岩野田北公民館	第2・4(月)	10:00～11:00	
73	木田	木田いきいき筋トレ教室	木田公民館	第1・2・4・5(水) (祝日は休み)	9:45～11:00	
74	黒野	黒野筋トレ体操クラブ	黒野会館	第2・4(水)	19:30～21:00	
75		黒野筋トレ体操クラブ	黒野会館	第2・4(土)	10:00～11:30	
76	方県	方県筋トレ体操教室	方県公民館	第2・4(木)	13:30～15:00	
77	西郷	西郷いきいき筋力 トレーニング教室	西郷公民館	第2・3・4(木)	10:00～11:30	
78	七郷	七郷筋トレクラブ	七郷公民館	毎週(月)	10:00～11:30	
79	合渡	合渡にこにこ筋トレクラブ	合渡公民館	毎週(火)	10:00～11:15	
80	藍川	北東部いきいき筋トレくらぶ	藍川公民館	第1・3(水)	9:30～11:00	
81				第2・4(木)	13:30～15:00	
82		大蔵台筋トレ教室	大蔵台公民館	第1・2・3・4(水) (祝日は休み)	10:00～11:30	
83		南沢筋トレくらぶ	南沢公民館	第1・3(火)	10:00～11:30	
84		石原台筋トレくらぶ	石原台公民館	第1・3(金)	10:00～11:30	
85	三輪南	北東部いきいき筋トレくらぶ	三輪南公民館	第1・3(土)	9:30～11:00	
86		太郎丸団地いきいき筋トレくらぶ	太郎丸団地公民館	第1・3(水)	10:00～11:00	
87		福丸団地いきいき筋トレくらぶ	福丸団地公民館	第2・4(月)	13:30～15:00	
88	三輪北	北東部いきいき筋トレくらぶ	三輪北公民館	第2・4(木)	9:30～11:00	
89		三輪北筋トレ教室	三楽園	第1(木)	9:30～10:30	

※北部7地区：長良、長良西、長良東、鷺山、常磐、岩野田、岩野田北