

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
小山	久保原サロン	個人宅	月	①10:00 ②11:00	自治会員のみ
小山	すすきの自治会	すすきの自治会館	木	①13:30 ②14:30	自治会員対象だが外部の参加者もあり
小山	ドーミー相模原青春の会	ドーミー相模原	水	14:00	
小山	きらくクラブ	きらくクラブ	月	10:30	午後のみ可
小山	ひかわ会	氷川町自治会館	水	10:00	
小山	小山百歳体操	小山第1区町内会館	月	10:00	
小山	きほうあん百歳体操	蕎亭 喜峰庵	月	10:00	

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
 ※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
清新	かがやき	清新高齢者支援センター	火・金	10:00	
清新	スターズ	ツクイサンフォレスト相模原	火・金	10:00	
清新	カーネーション	ベルヴィ相模原	木	10:00	
清新	ローズハイツ	ローズハイツ	火・木	10:00	
清新	グループホームすみれ	グループホームすみれ	木	10:00	
清新	みなはし百歳体操クラブ	南橋本自治会館	月	10:00	参加費50円
清新	清新5・6百歳体操の会	清新5丁目集会所	月	10:00	参加費100円/月
清新	青木会館百歳体操会	青木会館	水・金	10:00	
清新	ひばり百歳体操の会	すみれ自治会集会所	金	10:00	市民で筋トレに関心のある方
清新	イリーゼ百歳体操クラブ	イリーゼ橋本中央	木	14:00	
清新	南橋本(仮)	プラザハイム集会所	火	10:00	
清新	わいわい南橋本	南橋本プラザハイム集会所	火	10:00	
清新	ことぶき百歳体操	個人宅	木	13:30	新規受け入れ不可能
清新	サロンわかば	小俣会議室	水	13:30	参加費1回当たり100円

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
 ※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
横山	下九沢団地自治会	下九沢団地集会所	月・木	10:00	
横山	宮の上団地カラオケサークル	宮の上団地集会所	月	13:00	自治会員のみ
横山	フレイル会	くつろぎ亭横山	金	10:00	地域を超えた体操目的の方、毎月100円
横山	小町交友会	小町通みたけ保育園	土	10:00	
横山	県営横山団地	県営横山団地西集会所	金	13:30	
横山	グループなのはな	横山あじさいハイツ集会所	金	13:30	
横山	さくらサロン	日金沢丘自治会集会所	水	13:30	
横山	百友の会	横山1丁目自治会館	月	10:00	
横山	横山包括	横山包括支援センター	月	14:00	
横山	悠生苑	さがみはら悠生苑	火	10:00	
横山	グループ榎	榎自治会館	月	13:30	
横山	ムート横山公園いきいき百歳体操	アクア横山公園デイサービス	日	10:00	
横山	いこい百歳体操	横山台タウンハイツ集会所	月	10:30	
横山	プライミーよこよこ	プライミーよこよこ	火	10:00	
横山	友友会	横山地域包括支援センター	月	10:00	
横山	リプラス百歳会	(株)リプラス	水	9:00	
横山	あやめ百歳会	横山台タウンハイツ集会所	木	9:00	
横山	エイジフリーハウス相模原横山台	エイジフリーハウス相模原横山台	木	14:00	

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
中央	ふれあいサロン「高根」	高根2丁目自治会館	不定期	10:00	
中央	菟楽会	ラヴィーレ相模原中央	木	14:00	
中央	相生自治会	相生集会所	月・金	10:00	
中央	翔の会	けやき体育館機能訓練室	火	10:00	聴覚障害の方中心の会
中央	松友会	クラーク学園	木	10:30	
中央	ももとせ会	デイサービスセンターWEEK	土	10:00	
中央	イリーゼ百歳体操	イリーゼ相模原矢部	金	9:30	
中央	もみじのて(仮)	もみじのて矢部2階	木	10:00	
中央	100歳体操グループ	JA相模原市中野中央支店	木	10:00	
中央	矢部自治会(仮)	矢部自治会館	水	10:00	
中央	東町桜会	東町連合自治会館	木	10:00	会員は無料。会員以外の方は月100円

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
星が丘	YKBグループ	千代田4丁目自治会館	土	11:00	
星が丘	いきいきサークル	千代田3丁目自治会館	水	13:30	自治会会員優先
星が丘	いきいきの会	横山2丁目自治会館	火・土	11:00	
星が丘	ひばりカフェ	千代田6丁目自治会館	火	10:30	参加費月100円
星が丘	星が丘カルチャー	星が丘デイサービスセンター	火	10:00	参加費50円
星が丘	おたがいさまの会	市営星が丘住宅集会所	水	14:00	参加費50円
星が丘	なごみ	千代田5丁目自治会館	木	10:00	65歳以上
星が丘	星ヶ丘3丁目百歳体操	星ヶ丘3丁目自治会館	火	14:00	菓子代1か月100円

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
 ※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
光が丘	いきいきすぎのこ会	光が丘ハイム集会所	水・土	10:00	
光が丘	若葉体操クラブ	若葉自治会館	水・金	水 10:00 金 14:00	自治会員外受入れOK、他自治会で参加していなければ受け入れている
光が丘	七福会	光が丘1・2丁目自治会館	火・金	10:00	
光が丘	青3百歳体操	青葉3丁目自治会館	木	14:00	
光が丘	朝日が丘なでしこクラブ	朝日が丘自治会館	木	13:30	バンド各自持参
光が丘	松葉町百歳体操クラブ	松葉町自治会館	木	13:30	
光が丘	いきいき木曜会	陽光台1丁目自治会館	木	10:00	
光が丘	紅陽会	陽光台5丁目自治会館	木	10:00	
光が丘	ひだまりサンサン会	市営並木団地集会所	火	10:00	
光が丘	並木長寿会	並木4丁目自治会館	木	①15:30 ②16:00	
光が丘	光が丘ふれあいセンター	光が丘ふれあいセンター	土	10:00	
光が丘	自治会法人緑ヶ丘二丁目自治会	緑ヶ丘二丁目自治会館	金	10:00	
光が丘	サークル虹ヶ丘	虹ヶ丘自治会館	月	13:30	
光が丘	グリーンII百歳体操クラブ	緑が丘二丁目自治会館	金	10:00	
光が丘	青葉2丁目(仮)	青葉2丁目自治会館	月	13:30	

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
 ※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
大野北第1	淵野辺自治会	淵野辺4丁目自治会館	水・土	①14:00 ②15:00 ③19:30	自治会員外は100円/1回
大野北第1	なごみの会	上矢部団地集会所	火	14:00	体操のみ参加の場合は無料
大野北第1	淵ーいきいき体操クラブ	淵野辺1丁目自治会館	月	13:30	自治会員のみ
大野北第1	ワズズ・クラブ	ワズズシティ	火	10:00	
大野北第1	SOMPOケア ラヴィーレ淵野辺	SOMPOケア ラヴィーレ淵野辺	水	10:30	
大野北第1	百筋クラブ	東町自治会館	日	9:00	
大野北第1	ニュー相模自治会	ニュー相模自治会館	月・木	①9:00 ②10:00 ③11:00	
大野北第1	上矢部いきいきクラブ	上矢部自治会館	木	9:00	自治会会員のみ
大野北第1	みたけ福寿会	中淵自治会館	火	10:00	
大野北第1	オハナいきいき体操	オハナ淵野辺ガーデン アクティブラウンジ	月・木	10:00	参加費1回100円、基本的にはオハナステーション住民だが近くの方もOK
大野北第1	老人ホーム上矢部	老人ホーム上矢部 2F食堂	水	14:00	
大野北第1	山王いきいきクラブ百歳体操	山王自治会館	木	10:00	

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
 ※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
大野北第2	サンサンクラブ東淵野辺	東嶽之内自治会館	水・土	①10:00 ②14:00	
大野北第2	共和いきいき体操	共和自治会館	月・金	①10:00 ②14:00	自治会員のみ、金曜日は10:00のみ
大野北第2	旭寿会100歳体操	あさひ児童館	水	10:00	
大野北第2	睦さくら	由野台睦自治会館	月・木	9:45	
大野北第2	SOMPOケア ラヴィーレ古淵いきいき百歳体操	SOMPOケアラヴィーレ古淵	金	10:00	
大野北第2	コスモス(水曜)会	SOMPOケア ラヴィーレ古淵	水	10:00	
大野北第2	鹿沼公園ハイリビング	鹿沼公園ハイリビング	火	14:00	
大野北第2	みなみん3	南町公会堂	月	10:00	

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
 ※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
田名	笑和の会	アーバンリビング相模原	水・土	①9:30 ②10:30	
田名	みどり屋いきいき百歳体操	みどり屋	木	9:30	体操終了後15分位交流会を実施
田名	プライムガーデン相模原	プライムガーデン相模原	水	10:30	
田名	塩田ホーム百歳体操	塩田ホーム	火	10:00	
田名	あゆもう会	クルール相模原	木	13:30	
田名	木曜会	市立田名保育園	木	13:15	
田名	清水百歳体操	清水自治会館	水	10:00	
田名	田名新宿白寿会	新宿自治会館	木	13:30	
田名	長寿.com	グループホーム花物語あじさい西	日	14:30	
田名	田名団地 睦会	田名団地集会所	木	14:00~15:00	自治会員と睦会会員
田名	たけのこ	葛輪自治会館	火	10:00	どなたでも自由に
田名	水郷田名(仮)	水郷田名自治会館	火	10:00	

※掲載を希望された団体のみ掲載しています。
※実施曜日・時間は変更されている場合があります。

令和7年2月28日現在

地区	団体名	会場	実施曜日	開始時間	参加条件
上溝	コスモスハウス	コスモスセンター	水・土	10:00	
上溝	ポッチャの会	上溝本町自治会館	水	10:20	自治会優先
上溝	虹吹(にじふき)自治会	虹吹自治会館	火	13:30	自治会員のみ
上溝	上溝(ラヴィーレ上溝)	ラヴィーレ上溝	水	13:30	
上溝	アルプスの杜 かみみぞ	アルプスの杜 かみみぞ	月	15:00	
上溝	久保千歳会	久保公会堂	火	10:00	
上溝	日金沢いきいきクラブ	日金沢自治会館	木	10:00	
上溝	筋ちゃんクラブ	番田・諏訪面自治会館	月	10:00	入会金200円名札代
上溝	田尻月曜会	田尻自治会館	月	10:00	
上溝	石橋寿クラブ	石橋自治会館	金	13:00	新規受け入れ可能。
上溝	あじさい会	あじさい住宅集会場	金	10:00	