

市内元気サロン一覧（令和5年1月10日現在）

| 番号 | サロン名称 | 会場名 | 活動内容 |
|----|--------------|--------------------|--|
| 1 | 内町健康サロン | 祇園神社 | 介護予防体操, 足踏体操, 歌合唱 |
| 2 | 二区元気サロン | コスモハイツ土岡 | 介護予防体操, タオル体操 |
| 3 | 折鶴会 | 下本谷上組集会所 | 介護予防体操, 茶話会 |
| 4 | 上原元気サロン | 上原集会所 | 介護予防体操 |
| 5 | ハッピークラブ | 甲組公会堂 | 介護予防体操, 折り紙 |
| 6 | 上中元気体操サロン | 上中コミュニティ会館 | 介護予防体操, 認知症予防体操（音楽に合わせて歌う） |
| 7 | 向江田地区郷組元気サロン | 郷組公会堂 | 介護予防体操, 替え歌を歌う, 和田音頭を踊る |
| 8 | 平成元気サロン飯田 | 後飯田集落センター | 介護予防体操 |
| 9 | 敷名金4元気サロン | 敷名市ふれあい会館 | 介護予防体操, 筋トレ, ストレッチ, 歌と体操 |
| 10 | 宇賀の里元気サロン | 宇賀交流拠点施設「宇賀の里」 | 介護予防体操, 柔軟体操（ヨガマットとボールによる） |
| 11 | 金曜元気サロン | 吉舎谷集会所 | 介護予防体操, 健康体操指導士による体操教室, 三次市健康出前講座 |
| 12 | 下羽出庭ヘルスサロンの会 | 下羽出庭集会所 | 介護予防体操, 老人会活動 |
| 13 | ひまわりサロン16区 | 16区集会所 | 介護予防体操, 広島県民体操, ダレデモダンス（ロコモ, メタボ, 認知症予防） |
| 14 | 下中元気サロン | 下中集会所 | 介護予防体操, 踏み台昇降, 出前講座 |
| 15 | 塩町いきいきサロン | 塩町駅舎 | 介護予防体操, 田幸まるごと音頭, 替え歌 |
| 16 | 大力いきいきサロン | 大力谷老人集会所 | 介護予防体操, スポーツインストラクターによるボール・ゴムチューブを使った体操 |
| 17 | なかよしサロン上山手会 | 上山手公会堂 | 介護予防体操, 交流会, 体力測定 |
| 18 | 健康サロンスライリー | 八次コミュニティセンター | 介護予防体操, タオル体操, マット体操 |
| 19 | みはら会元気サロン | 田幸老人集会所 | 介護予防体操, ゲーム, グラウンドゴルフ, 出前講座 |
| 20 | 中の村元気サロン | 川地コミュニティセンター | 介護予防体操, ボール体操, ロコチューブ体操 |
| 21 | 本郷むつみ会元気サロン | 三次市甲奴健康づくりセンターゆげんき | 介護予防体操, ボールを使った体操 |
| 22 | 憧れの里元気サロン | 小童コミュニティセンター | 介護予防体操, 出前講座 |
| 23 | ジョワ・西野 | 三次市甲奴健康づくりセンターゆげんき | 介護予防体操, 出前講座 |
| 24 | 海渡元気会 | 海渡公会堂 | 介護予防体操 |
| 25 | ごきげんサロン | 町中会館 | 介護予防体操, 保健師の指導 |
| 26 | 令和PPCサロン | 田利自治交流センター | 介護予防体操, 足踏体操 |
| 27 | 梶田元気サロン | 梶田ふれあい会館 | 介護予防体操, ボール体操 |
| 28 | たちあおいの会 | 布野生涯学習センター | 介護予防体操, ガンバルーン体操, けん玉, 認知予防体操 |
| 29 | 令和会みらさか | みらさか福祉センター | 介護予防体操, 体操と踊り |

市内元気サロン一覧（令和5年1月10日現在）

| 番号 | サロン名称 | 会場名 | 活動内容 |
|----|--------------|-----------------|---------------------------------|
| 30 | 上川地区元気サロン | 上川コミュニティセンター | 介護予防体操，市による保健指導 |
| 31 | 甲奴診療所元気サロン | 甲奴診療所 | 介護予防体操 |
| 32 | だんらんふれあいサロン | 岡田ふれあいセンター | 介護予防体操 |
| 33 | サロン鬼笑 | 新開ワークショップ鬼の里 | 介護予防体操，高齢者用バランスボール体操，吹き返し運動 |
| 34 | 春日井元気サロン | 春日井会館 | 介護予防体操，出前講座 |
| 35 | 春木サロン | 春木集会所 | 介護予防体操 |
| 36 | 比エ尾サロン | 比エ尾集会所 | 介護予防体操，講師による指導 |
| 37 | 上青河元気サロン | 上青河集会所 | 介護予防体操 |
| 38 | あったか元気サロン | 下津河内集会所 | 介護予防体操 |
| 39 | 両谷元気サロン | 松谷集会所 | 介護予防体操，参加者交流，情報交換 |
| 40 | 下青河元気サロン | 下青河集会所 | 介護予防体操，介護予防講師への招へい |
| 41 | 岡竹元気サロン | 岡竹会館 | 介護予防体操 |
| 42 | 橋本元気サロン2020 | 橋本集会所 | 介護予防体操，出前講座 |
| 43 | 品・掛谷元気サロン | 品生活改善センター | 介護予防体操 |
| 44 | カーター通り駅元気サロン | カーター通り駅 | 介護予防体操，出前講座 |
| 45 | 梶田下志元気サロン | 梶田下志集会所 | 介護予防体操，管理栄養士・保健師・歯科衛生士による健康講座，歌 |
| 46 | 祇園元気サロン | 祇園会館 | 介護予防体操，出前講座 |
| 47 | ふねぞげんきサロン | 船所集会所 | 介護予防体操 |
| 48 | 上田いきいきサロン | 上田老人集会所 | 介護予防体操，講師を依頼して体操 |
| 49 | 6区元気サロン | 6区自治会館 | 介護予防体操，ボール体操，講習会，茶話会 |
| 50 | 西谷元気サロン | 西谷集会所 | 介護予防体操，出前講座 |
| 51 | 本郷GO元気サロン | 郷会館 | 介護予防体操，歌，出前講座，交流 |
| 52 | ととぼ元気サロン | 福田下組集会所 | 介護予防体操，出前講座 |
| 53 | せせらぎ元気サロン | 君田町農村青年サークルセンター | 介護予防体操，ウォーキング，調理実習 |
| 54 | 一日市げんきサロン | 一日市集会所 | 介護予防体操，出前講座 |
| 55 | 西河内元気サロン | 西河内中組集会所 | 介護予防体操 |
| 56 | 秋町元気サロン | 秋町老人集会所 | 介護予防体操 |