市町村別健康体操等実施状況一覧

令和5年7月現在

No	市町村名	主な健康体操等の内容	箇所数	担当課	TEL
1	鹿児島市	鹿児島よかよか体操，らくらく体操	221	保健予防課	099-803-6927
2	三島村	ころばん体操,脳トレ,筋トレ	4	民生課	099-222-3141
3	十島村	筋膜マッサージ，ラジオ体操,としまのうたストレッチ	7	住民課	099-222-2101
4	いちき串木野市	ころばん体操	92	長寿介護課	0996-33-5644
5	日置市	筋ちゃん広場・・・脳トレ，こけないからだ体操	108	介護保険課	099-248-9423
6	指宿市	ころばん体操,ころバンダナ体操	76	長寿支援課	0993-22-2111
7	枕崎市	てんとうむし体操（津山・高知式体操）	19	地域包括ケア推進課	0993-72-1111
8	南さつま市	ころばん体操,YOKA なんなん体操	21	介護支援課	0993-53-2111
9	南九州市	貯筋運動	30	長寿介護課	0993-56-1111
10	薩摩川内市	はんとけん体操・わっはっは体操等	88	高齢・介護福祉課	0996-23-5111
11	さつま町	ころばん体操	45	高齢者支援課	0996-53-1111
12	阿久根市	ころばん体操	53	介護長寿課	0996-73-1272
13	出水市	ころばん体操	64	いきいき長寿課	0996-63-4053
14	長島町	長島元気 GoGo 体操	9	介護環境課	0996-86-1153
15	霧島市	ストレッチ体操	6	長寿障害福祉課	0995-64-0704
16	姶良市	姶良市健康体操	32	長寿障害福祉課	0995-64-5537
17	伊佐市	玄米ダンベル体操,いさトレ	15	長寿介護課	0995-23-1311
18	湧水町	ゆうすいオリジナル体操	1	長寿福祉課	0995-74-3111
19	曽於市	ストレッチ体操,筋力アップ体操	59	福祉介護課	0986-76-8807
20	志布志市	ころばん体操	25	保健課	099-474-1111
21	大崎町	ころばん体操	30	保健福祉課	099-476-1111
22	鹿屋市	らくらく体操・ころばん体操等	12	高齢福祉課	0994-31-1116
23	垂水市	貯筋体操，はんとけん体操,サルコサイズ教室	18	保健課	0994-32-5111
24	東串良町	ころばん体操，ラジオ体操,脳トレきらめき体操	20	地域包括支援センター	0994-63-0930
25	肝付町	ころばん体操，ラジオ体操	11	福祉課	0994-65-8419
26	錦江町	ころばん体操	20	地域包括支援センター	0994-22-3030
27	南大隅町	ころばん体操,パワーアップ運動,バランス運動	29	介護福祉課	0994-24-3126
28	西之表市	元気アップ体操,口腔体操	53	高齢者支援課	0997-22-1111
29	中種子町	ストレッチ，百歳体操	24	地域包括支援センター	0997-27-1223
30	南種子町	筋力アップ体操，ストレッチ	21	くらし保健課	0997-26-2035
31	屋久島町	介護予防体操	20	健康長寿課	0997-43-5900
32	奄美市	ストレッチ体操，ころばん体操	55	地域包括支援センター	0997-52-1111
33	大和村	独自の健康ストレッチ体操等、パークゴルフ	4	地域包括支援センター	0997-57-2218
34	宇検村	いきいきどぅくさ体操	17	地域包括支援センター	0997-67-2212
35	瀬戸内町	ラジオ体操，ストレッチ体操,軽体操	17	地域包括支援センター	0997-72-1153
36	龍郷町	ころばん体操，ストレッチ	13	地域包括支援センター	0997-69-4516
37	喜界町	リズム体操,まぐみ一体操	13	地域包括支援センター	0997-65-3522
38	徳之島町	ストレッチ体操，口腔体操	22	地域包括支援センター	0997-82-1115
39	天城町	元気はつらつ体操，筋膜マッサージ	12	けんこう増進課	0997-85-5267
40	伊仙町	ラジオ体操	16	地域包括支援センター	0997-86-3111
41	和泊町	高齢者パワトレ体操，脳トレ体操，認知症予防体操	38	地域包括支援センター	0997-92-1651
42	知名町	ストレッチ体操,口腔体操	20	地域包括支援センター	0997-81-5511
43	与論町	ラジオ体操，ウォーキング	5	地域包括支援センター	0997-97-3112