



※条件「有」は対象者が
原則区民対象

地域自主介護予防教室一覧（常滑市）

介護予防を目的として、高齢の方でもできる簡単な運動などの教室を地域で行っています。地域の方とふれあい、今の健康を維持するために参加をお待ちしています。スマイルポイント(社会福祉協議会の認定した活動に参加することでポイントが付与され、貯まったポイントを景品と交換できます)対象事業です。

令和6年2月現在

	地区	教室名	条件	主催	場所	曜日	時間	参加費
1	矢田	矢田運動教室	有	健康づくりリーダー	矢田公民館	第2・4火曜日	10:00~11:00	300円/回
2	前山	前山運動クラブ	有	健康づくりリーダー	前山会館	毎週木曜日 (第5木曜日は除く)	13:30~14:30	250円/回
3	宮山	宮山運動クラブ	有	健康づくりリーダー	宮山公会堂	第2・4金曜日	14:00~15:00	300円/回
4	大野	おおの運動クラブ	有	健康づくりリーダー	大野南集会所	毎週木曜日 (第5木曜日は除く)	10:00~11:00	300円/回
5	小倉	小倉運動クラブ	有	地域の支援者 健康づくりリーダー	旧小倉公会堂	毎週水曜日 (第5水曜日は除く)	10:00~11:00	250円/回
6	西之口	西之口運動教室	有	柔道整復師 山本範久さん	西之口公民館	毎週月曜日	13:30~14:30	300円/回
7	蒲池	かばいけ運動クラブ	有	健康づくりリーダー	蒲池 コミュニティセンター	第1・3火曜日	10:00~11:00	250円/回
8	多屋	キラキラけんこうサロン	無	グリーンライフ フィットネス	グリーンライフ フィットネス	毎週火曜日	10:00~12:00 ①10:00~11:00 健康増進体操 ②11:00~12:00 ランチ付ふれ あいタイム(参加自由)	体操教室:300円/回 カフェランチ:780円
9	多屋	あいば運動教室	無	柔道整復師 相羽昭二さん	多屋公民館	毎週水曜日	①13:00~14:00 ②14:20~15:30	500円/回
10	りんくう	イオンラジオ体操	無	イオン常滑	イオン常滑	毎日	9:30~9:40	無料
11	樽水	あいば運動教室	無	柔道整復師 相羽昭二さん	街かどサロンきらり	毎週月曜日	13:30~14:30	500円/回
12	樽水					毎週木曜日		
13	樽水	樽水脳トレクラブ	有	脳アップボランティア	旧しみづ屋	第4木曜日	10:00~11:00	500円/回
14	西阿野	西阿野運動クラブ	有	健康づくりリーダー	西阿野公民館	毎週水曜日 (第5水曜日は除く)	14:00~15:00	250円/回
15	西阿野	西阿野脳トレクラブ	有	脳アップボランティア	西阿野公民館	第2月曜日	10:00~11:00	300円/回
16	熊野	くまの運動教室	有	柔道整復師 窪田陽子さん	熊野公会堂	第1・3火曜日	13:30~14:30	300円/回
17	古場	古場運動教室	有	柔道整復師 山本範久さん	古場公会堂	毎週木曜日	13:30~14:30	300円/回
18	檜原	檜原運動教室	有	柔道整復師 山本範久さん	檜原公会堂	第2・4金曜日	14:00~15:00	300円/回
19	苅屋	苅屋運動クラブ	有	健康づくりリーダー	苅屋公民館	毎週水曜日 (第5水曜日は除く)	10:00~11:00	250円/回
20	大谷	大谷運動クラブ	有	健康づくりリーダー	大谷公会堂	毎週水曜日 (第5水曜日は除く) *第2水曜日(大谷高砂会会員のみ)	14:00~15:00	300円/回
21	大谷	大谷脳・からだ 元気アップ教室	有	脳アップボランティア		第2・4水曜日	10:00~11:00	500円/月
22	大谷	大谷ラジオ体操サロン	有	民生児童委員 高齢者サポーター 他		第1火曜日	10:00~10:30	無料
23	小鈴谷	小鈴谷運動クラブ	有	健康づくりリーダー	鈴溪会館	第1・3月曜日	13:30~14:30	300円/回
24	広目	広目運動クラブ	有	健康づくりリーダー	広目公会堂	毎週月曜日 (第5月曜日は除く)	13:30~14:30	250円/回
25	坂井	坂井運動クラブ	有	健康づくりリーダー	坂井憩いの家	第1・3月曜日	10:00~11:00	250円/回
26		さかい脳トレクラブ	有	脳アップボランティア	坂井憩いの家	第1金曜日	13:30~14:30	300円/回
27	小鈴谷・広目・坂井	こわき脳・からだ 元気アップ教室	有	脳アップボランティア	小脇公園研修室	第4金曜日	①13:00~14:00 ②14:30~15:30	300円/回
28	全域	さわやか健康教室	無	地域の支援者 講師:米川さん・長谷川さん	市民交流センター	毎週月曜日(月4回)	13:00~14:30	初回時(入会金含):700円 400円/回
29		とこなめ運動クラブ	無	健康づくりリーダー	中央公民館	毎週火曜日	13:30~15:00	350円/回
30		体育館自主運動教室	無	柔道整復師 相羽昭二さん	市体育館	毎週火曜日	①13:00~14:00 ②14:30~15:30	500円/回
31		とこなめ元気アップ 倶楽部	無	南部高齢者相談支援センター	街かどサロンきらり	第4火曜日	①14:00~15:00 ②15:00~16:00	無料
32		ふれあい料理教室	無	常滑市食生活改善協議会 (鬼崎グループ)	青海公民館	奇数月 第3火曜日	10:00~12:00	500円/回

※日程等の変更もありますので、事前に下記問い合わせ先のいずれかにご連絡ください。

【問合せ】	常滑市 高齢介護課	☎	0569-47-6133
	北部高齢者相談支援センター	☎	0569-43-0662
	中部高齢者相談支援センター	☎	0569-84-0270
	南部高齢者相談支援センター	☎	0569-34-7128