

※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(※)対象事業です。
※社会福祉協議会が認定した活動に参加することでポイントが付与され、貯まったポイントは抽選券と交換できます。

令和8年10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	久米	久米運動クラブ	有	健康づくりリーダー	久米公民館	第2・４火曜日	10:00～11:00	３００円/回
3	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	３００円/回
4	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
5	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
6	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	３００円/回
7	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	５００円/回
8	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	３００円/回
9	蒲池	蒲池 脳・からだ 元気アップ教室	有	地域ボランティア	蒲池 コミュニティセンター	第2火曜日	10:00～11:30	無料
10	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	毎週火曜日	①13:00～14:00 ②14:30～15:30	７００円/回
11	多屋					毎週水曜日	①13:00～14:00 ②14:20～15:30	７００円/回
12	北条	北条運動クラブ	有	理学療法士 阿部実李さん	北条区民会館	第２・４木曜日	9:30～10:30	５００円/回
13	瀬木	瀬木運動クラブ	有	理学療法士 阿部実李さん	瀬木会館	第１・３月曜日	10:30～11:30	５００円/回
14	奥条・山方 ・保示	かじま運動クラブ	有	理学療法士 阿部実李さん	ワークセンターかじま	第１・３木曜日	10:30～11:30	５００円/回
15	市場	市場運動クラブ	無	介護コネクティブ	満覚寺	第１・３金曜日	13:00～14:00	５００円/回
16	山方	山方運動クラブ	有	理学療法士 阿部実李さん	山方老人憩の家	第１・３月曜日	13:30～14:30	５００円/回
17	保示	保示運動クラブ	無	理学療法士 阿部実李さん	正住院	第１・３木曜日	13:30～14:30	５５０円/回
18	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
19	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	６００円/回
20	樽水					毎週木曜日		
21	樽水	樽水ボッチャクラブ	無	地域ボランティア	街かどサロンきらり	第２金曜日	14:00～15:00	３００円/回
22	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	４００円/回
23	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	３００円/回
24	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
25	西阿野	ボッチャクラブ阿野	無	地域ボランティア	西阿野公民館	第２火曜日	10:00～11:00	５００円/年
26	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
27	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	５００円/回
28	古場	古場ボッチャクラブ	無	民生児童委員 高齢者サポーター　他	古場公会堂	第１水曜日	10:00～11:00	必要時１００円程度
29	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	５００円/回
30	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	３００円/回
31	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）	14:00～15:00	３００円/回
32	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	10:00～11:30	５００円/月
33	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	10:00～11:20	無料
34	大谷	大谷ボッチャクラブ	無	地域ボランティア	大谷公会堂	第3火曜日	10:00～11:00	１，０００円/年
35	小鈴谷	小鈴谷運動クラブ	有	健康づくりリーダー	鈴渓会館	毎週月曜日	13:30～14:30	４００円/回
36	小鈴谷	鈴渓ボッチャクラブ	無	地域ボランティア	鈴渓会館	第１火曜日	14:00～15:00	２００円/回
37	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	13:30～14:30	３００円/回
38	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	３００円/回
39	坂井	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
40	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
41	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	月曜日（月２回） 【R9年1月～毎週月曜日（月4回）】	13:15～14:45	初回時(入会金含)：700円 ３００円/回
42		男のスポーツボイス コミュニティ	男性 限定	男のスポーツボイス コミュニティ	市民交流センター	毎週木曜日	13:30～14:30	２００円/回
43		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
44		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	14:15～15:45	無料
45		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	６００円/回
46		フレイル予防ステーション	無	南部高齢者相談支援センター	小脇公園 喫茶ルーム	第2金曜日	10:00～11:30	無料
47		キラキラ健康づくり体操	無	グリーンライフフィットネス 【問合せ】 0569-34-6667	小倉公会堂	毎週金曜日	9:30～10:30	５００円/回
48			無		市民交流センター	毎週木曜日	10:00～11:00	
49			無		グリーンライフ フィットネス	毎週火曜日	①9:30～10:30 ②11:00～12:00	
50			無		イオン常滑	毎週月曜日	10:00～11:15	

※日程等の変更もありますので、事前に下記問合せ先のいずれかにご連絡ください。(47～50の問合せ先は別途記載)

【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