



# 地域自主介護予防教室一覧（常滑市）

※条件「有」は対象者が  
原則区民対象

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1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	300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	あいは運動教室	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	瀬木	瀬木運動クラブ	有	理学療法士 阿部実季さん	瀬木会館	第1・3月曜日	10:30~11:30	500円/回
13	奥条・山方 ・保示	かじま運動クラブ	有	理学療法士 阿部実季さん	ワークセンターかじま	第1・3木曜日	10:30~11:30	500円/回
14	山方	山方運動クラブ	有	理学療法士 阿部実季さん	山方老人憩の家	第1・3月曜日	13:30~14:30	500円/回
15	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
16	樽水	あいは運動教室	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
17	樽水					毎週木曜日		
18	樽水	樽水ポッチャクラブ	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
19	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
20	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
21	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
22	西阿野	ポッチャクラブ阿野	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
23	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
24	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
25	古場	古場ポッチャクラブ	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
26	榎原	榎原運動教室	有	柔道整復師 山本範久さん	榎原公会堂	第2・4金曜日	14:00~15:00	300円/回
27	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
28	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
29	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
30	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
31	大谷	大谷ポッチャクラブ	無	地域ボランティア		第3火曜日	10:00~11:00	1,000円/年
32	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	毎週月曜日	13:30~14:30	400円/回
33	小鈴谷	鈴溪ポッチャクラブ	無	地域ボランティア	鈴溪会館	第1火曜日	14:00~15:00	200円/回
34	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
35	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
36	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
37	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	小鈴公園 研修室 (R8年3月頃までは 鈴溪会館)	第4金曜日	①13:00~14:00 ②14:30~15:30	300円/回
38	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)	13:15~14:45	初回時(入会金):700円 400円/回
39		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	第2・4木曜日	13:30~14:30	200円/回
40		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
41		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
42		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
43		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	小鈴公園 喫茶ルーム	第2金曜日 (R8年5月開始)	10:00~11:30	無料
44		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	300円/回
45			無		市民交流センター	毎週木曜日	9:30~10:30	
46	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		
47	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。(44~47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