

# 平成31年1月 介護予防運動カレンダー



月	火	水	木	金	土	
	1 元旦	2	3	4	5	
6	7 ファミル祇園長束集会所 蓮光寺集会所	8 祇園集会所 祇園導正寺住宅集会所 祇園本町交流センター	9 山本第3東亜ハイツ集会所 蓮光寺集会所	10 竜王集会所(体操) 祇園西公民館 祇園本町交流センター	11 山本第2東亜ハイツ集会所 第一祇園ヶ丘自治会センター 山本第3東亜ハイツ集会所 長東西集会所	12
13	14 成人の日 ファミル祇園長束集会所	15 祇園集会所 祇園導正寺住宅集会所 祇園本町交流センター 祇園北集会所	16 山本第3東亜ハイツ集会所	17 竜王集会所(体操) 祇園本町交流センター 祇園西公民館	18 山本第2東亜ハイツ集会所 第一祇園ヶ丘自治会センター	19
20	21 ファミル祇園長束集会所 蓮光寺集会所 竜王集会所(ウォーキング)	22 祇園集会所 祇園導正寺住宅集会所 祇園本町交流センター 丸子集会所	23 山本第3東亜ハイツ集会所 蓮光寺集会所	24 祇園本町交流センター	25 第一祇園ヶ丘自治会センター 山本第2東亜ハイツ集会所 竜王集会所(体操)	26
27	28 ファミル祇園長束集会所	29 祇園集会所 祇園導正寺住宅集会所 祇園本町交流センター	30 山本第3東亜ハイツ集会所	31 祇園本町交流センター 竜王集会所(体操)		

地域	名称	場所	時間	対象者	参加費用	
祇園	健康体操講座	祇園北集会所	10:00~11:30	祇園北上、北下、青原地区	1回100円	
	ぎおん生き活きサロン	祇園本町交流センター	14:00~16:00	全域	1回200円(初回無料)	
	いきいき健康体操	祇園集会所	2・4週	10:00~11:00	祇園地区及び 近隣地域の方	月100円
			1・3・5週	13:00~14:00		
百導会	祇園導正寺集会所	10:00~10:40	導正寺住宅居住者	無料		
山本	ふれあいサロン介護予防体操	山本第三東亜ハイツ集会所	13:00~14:00	第3東亜ハイツ及び近隣地域	無料	
	健康体操教室	丸子集会所	13:30~15:00	原則丸子自治会員	1回200円(3か月毎徴収)	
	RED WAVE	祇園西公民館	13:30~14:30	山本地区	無料(準備・片付け時間含)	
	いきいき100歳体操	山本第二東亜ハイツ集会所	10:00~11:00	原則第2東亜ハイツの方	自治会員以外は1回100円	
長束	ファミル祇園長束いきいき100歳体操	ファミル祇園長束集会所	13:30~14:30	マンション居住者及び近隣地域	無料 申し込み要	
	蓮華体操教室	蓮光寺集会所	14:00~15:00	全域	1回200円(※変更あり)	
長東西	いきいきクラブ	長東西集会所	13:30~15:00	全域	1回300円(2か月毎徴収)	
	歩こうや竜王!	竜王集会所	10:00~11:30	全域	無料	
	介護予防体操	第一祇園ヶ丘自治会センター	13:30~14:30	第一祇園ヶ丘の方	無料	
	竜王いきいき体操	祇園町竜王集会所	13:30~14:30	竜王町内会の方	無料	

お問い合わせ  
 祇園・長束地域包括支援センター  
 ☎ 875-0511  
 (平日8:30~17:15)

