



令和2年9月

介護予防運動カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1 祇園集会所 祇園北集会所	2 山本第三東亜ハイツ集会所 山本第二東亜ハイツ集会所(2) 蓮光寺集会所	3 竜王集会所 谷集会所 デイサービスミッシィ 祇園西公民館	4 山本第二東亜ハイツ集会所(1) 第一祇園ヶ丘自治会センター 長東西集会所	5 山本第二東亜ハイツ(1) 当面の間 9:30~ 10:30頃~ (2部制)
6	7 ファミル祇園長束集会所	8 祇園集会所	9 山本第三東亜ハイツ集会所 山本第二東亜ハイツ集会所(2) 蓮光寺集会所	10 竜王集会所 谷集会所 デイサービスミッシィ	11 山本第二東亜ハイツ集会所(1) 第一祇園ヶ丘自治会センター	12
13	14 ファミル祇園長束集会所 竜王集会所(ウォーク)	15 祇園集会所 祇園北集会所	16 山本第三東亜ハイツ集会所 山本第二東亜ハイツ集会所(2) 蓮光寺集会所	17 竜王集会所 谷集会所 デイサービスミッシィ 祇園西公民館	18 山本第二東亜ハイツ集会所(1) 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	22 祇園集会所	23 山本第三東亜ハイツ集会所 山本第二東亜ハイツ集会所(2) 蓮光寺集会所	24 竜王集会所 谷集会所 デイサービスミッシィ	25 山本第二東亜ハイツ集会所(1) 第一祇園ヶ丘自治会センター	26
27	28 ファミル祇園長束集会所	29 祇園集会所	30 山本第三東亜ハイツ集会所 山本第二東亜ハイツ集会所(2) 蓮光寺集会所			

祇園集会所
当面の間
第1. 3. 5週目 10:00~ 11:00~ (2部制)
第2. 4週目 13:00~ 14:00~ (2部制)

祇園北集会所
当面の間 第1と第3火曜日の2グループに分け実施

※はお休み中

地	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
	※ぎおん本町生き生きサロン	祇園本町交流センター	14:00~15:30	全域	1回 200円(初回無料)
	※ぎおん新町生き生きサロン	よりしま内科外科医院	9:30~11:30	全域	1回 200円(初回無料)
	いきいき健康体操	祇園集会所	1・3・5週 10:00~11:00 2・4週 13:00~14:00	祇園地区及び近隣地域の方	無料
	※百導会	祇園導正寺集会所	10:00~10:40	導正寺住宅居住者	月100円
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	第三東亜ハイツ及び近隣地域	1回100円
	※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(1)	10:00~11:00	原則第二東亜ハイツの方	自治会員以外は1回100円
	壮年いきいき体操	山本第二東亜ハイツ集会所(2)	13:30~14:30	原則第二東亜ハイツの方	
長東	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	無料
	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)
	長束百歳体操しようかい!	デイサービスミッシィ	15:00~16:00	全域	無料
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
	長束いきいきクラブ	谷集会所	10:00~11:00	長東西の方	1回 100円

お問い合わせ
祇園・長東地域包括支援センター
☎ 875-0511

コロナウイルスの影響により、時間をずらしたり、2部制に分けているグループがあります。参加する前に必ずお問い合わせください!

