

令和3年6月 介護予防運動カレンダー



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------------|---|--|--|---|-------------------------------|
| | | 1 ④ 祇園集会所 ⑤ 祇園導正寺集会所 | 2 ⑬ 山本集会所 ⑫ 山本第三東亜ハイツ集会所 ⑪ 山本第二東亜ハイツ集会所(2) ⑮ 蓮光寺集会所(休み) | 3 ⑳ 竜王集会所(体操) ㉑ 谷集会所 ⑯ デイサービスミッシィ ㉒ 祇園西公民館 | 4 ⑩ 山本第二東亜ハイツ集会所 ㉓ 第一祇園ヶ丘自治会センター ⑱ 長東西集会所 ㉔ 安神社会館 | 5 ② よりしま内科外科医院 ⑰ みこころの家 |
| 6 | 7 ⑭ ファミール祇園 | 8 ④ 祇園集会所 ⑤ 祇園導正寺集会所 | ⑬ 山本集会所(休み) ⑫ 山本第三東亜ハイツ集会所 ⑪ 山本第二東亜ハイツ集会所(2) ⑮ 蓮光寺集会所 | ⑳ 竜王集会所(体操) ㉑ 谷集会所 ⑯ デイサービスミッシィ ㉒ 祇園西公民館 | ⑩ 山本第二東亜ハイツ集会所 ㉓ 第一祇園ヶ丘自治会センター ㉔ 安神社会館 | ② よりしま内科外科医院 ⑰ みこころの家 |
| 13 | 14 ⑭ ファミール祇園 | 15 ④ 祇園集会所 ⑤ 祇園導正寺集会所 ① 祇園北集会所 | ⑬ 山本集会所 ⑫ 山本第三東亜ハイツ集会所 ⑪ 山本第二東亜ハイツ集会所(2) ⑮ 蓮光寺集会所 | ⑳ 竜王集会所(体操) ㉑ 谷集会所 ⑯ デイサービスミッシィ | ⑩ 山本第二東亜ハイツ集会所 ㉓ 第一祇園ヶ丘自治会センター ㉔ 安神社会館 | ② よりしま内科外科医院 ⑰ みこころの家 |
| 20 | 21 ⑭ ファミール祇園 | 22 ⑤ 祇園導正寺集会所 ④ 祇園集会所 ⑦ 丸子集会所 | ⑬ 山本集会所 ⑫ 山本第三東亜ハイツ集会所 ⑪ 山本第二東亜ハイツ集会所(2) ⑮ 蓮光寺集会所 | ⑳ 竜王集会所(体操) ㉑ 谷集会所 ⑯ デイサービスミッシィ | ⑩ 山本第二東亜ハイツ集会所 ㉓ 第一祇園ヶ丘自治会センター ㉔ 安神社会館 | ② よりしま内科外科医院 ⑰ みこころの家 |
| 27 | 28 ⑭ ファミール祇園 | 29 ⑤ 祇園導正寺集会所 ④ 祇園集会所 | 30 ⑬ 山本集会所 ⑫ 山本第三東亜ハイツ集会所 ⑪ 山本第二東亜ハイツ集会所(2) ⑮ 蓮光寺集会所(休み) | ※新型コロナウイルス等の影響により、内容の一部が変更されたり、開催が中止になる場合があります。 | | |

| 地域 | 番号 | 名称 | 場所 | 曜日 | 時間 | 対象者 | 参加費用 | 内容 |
|-----|----|---------------------|-----------------|------------------|------------------------------------|------------------|----------------|--------------|
| 祇園 | ① | 健康体操講座 | 祇園北集会所 | 第3火 | 10:00~11:30 | 祇園北上、北下、青原地区 | 1回100円 | 体操教室 |
| | ② | ぎおん本町生き生きサロン(休止中) | 祇園本町交流センター | 火 | 14:00~15:30 | 全域 | 1回200円(初回無料) | 体操、レクリエーション等 |
| | ③ | ぎおん新町生き生きサロン(休止中) | よりしま内科外科医院 | 土 | 9:30~11:30 | 全域 | 1回200円(初回無料) | 体操、レクリエーション等 |
| | ④ | いきいき健康体操 | 祇園集会所 | 火 | 第一部 13:00~14:00 第二部 14:00~15:00 | 祇園学区及び 近隣地域の方 | 無料(茶話会がないため) | いきいき百歳体操 |
| | ⑤ | 百導会(休止中) | 祇園導正寺集会所 | 火 | 10:00~10:40 | 導正寺住宅居住者、近隣の方 | 月100円 | いきいき百歳体操 |
| | ⑥ | GIONいきいきクラブ100 | 安神社会館 | 金 | 14:00~15:00 | いきいきクラブ会員の方 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| 山本 | ⑦ | 健康体操教室 | 丸子集会所 | 第4火 | 13:30~15:00 | 原則丸子自治会員 | 1回200円(3か月毎徴収) | 体操教室 |
| | ⑧ | RED WAVE | 祇園西公民館 | 第1,2木 | 13:30~14:30 | 山本学区 | 無料(準備・片付け時間含) | いきいき百歳体操 |
| | ⑨ | 第一東亜ハイツいきいき百歳体操クラブ | 山本第一東亜ハイツ集会所 | 木 | 10:00~11:00 | 第一東亜ハイツの方 | 自治会員は無料 | いきいき百歳体操 |
| | ⑩ | いきいき100歳体操 | 山本第二東亜ハイツ集会所(1) | 金 | 9:40~10:30 | 第二東亜ハイツの女性の方 | 自治会員以外は1回100円 | いきいき百歳体操 |
| | ⑪ | 壮年いきいき体操 | 山本第二東亜ハイツ集会所(2) | 水 | 13:30~14:30 | 第二東亜ハイツの男性の方 | 自治会員以外は1回100円 | いきいき百歳体操 |
| | ⑫ | 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 | 水 | 13:00~14:00 | 第三東亜ハイツ及び近隣地域 | 1回100円 | いきいき百歳体操 |
| | ⑬ | (仮)山本学区社会福祉協議会 | 山本集会所 | 水 | 10:00~11:00 | 山本学区の方 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| 長東 | ⑭ | ファミール祇園長東いきいき100歳体操 | ファミール祇園長東集会所 | 月 | 13:30~14:30 | マンション居住者 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| | ⑮ | 蓮華体操教室 | 蓮光寺集会所 | 水(偶数月第1、毎月第5は休み) | 14:00~15:00 | 全域 | 1回200円 | いきいき百歳体操 |
| | ⑯ | 長東百歳体操しようかい! | デイサービスミッシィ | 木 | 15:00~16:00 | 全域 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| | ⑰ | グループかやはら | みこころの家 | 土 | 9:30~10:30 | 全域 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| 長東西 | ⑱ | いきいきクラブ | 長東西集会所 | 第1金 | 13:30~15:00 | 全域 | 1回300円(2か月毎徴収) | 体操教室 |
| | ⑲ | 歩こうや竜王! | 竜王集会所 | 第2月 | 10:00~11:30 | 全域 | 無料 | ウォーキング |
| | ⑳ | 介護予防体操 | 第一祇園ヶ丘自治会センター | 金 | 13:30~14:30 | 第一祇園ヶ丘の方 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| | ㉑ | 竜王いきいき体操 | 祇園町竜王集会所 | 木 | 13:30~14:30 | 竜王町内会の方 | 無料 | いきいき百歳体操 |
| | ㉒ | 長東西いきいきクラブ | 谷集会所 | 木 | 10:00~11:00 | 長東西の方 | 1回100円 | いきいき百歳体操 |