

大泉町介護予防『通いの場』一覧

令和8年4月現在

	団体名	活動場所	活動日時	活 動 内 容							参加対象者の要件	参加費	備 考
				運動	口腔	談話	栄養	脳トレ	他	具体的内容			
1	北小泉介護予防体操クラブ	高齢者ふれあいセンター 北小泉 北小泉3-16-2	毎月第2・第4水曜日 10:00～12:00	○	○	○		○		鬼石体操・脳トレ・合唱・折り紙・講演	大泉町住民 65歳以上どなたでも	無料	
2	第五区健康体操教室	第五区公民館 北小泉1-18-6	毎月第1・第3水曜日 10:00～11:30	○	○	○		○	○	① ゆったり体操 ② ラジオ体操 ③ 鬼石体操 ④ 談話 ⑤ 嚥下体操 ⑥ 歌唱	①第五区住民であること ②65歳以上であること	無料	
3	東部健康増進サークル	東部公民館 東小泉2-23-8	毎月第1・第3木曜日 10:00～11:30	○	○	○		○		鬼石体操・嚥下体操・体力測定 等	特になし	無料	
4	城部健康体操サークル	城部公民館 城之内1-16-24	毎月第1・第3水曜日 10:00～11:30	○	○	○				ラジオ体操・鬼石体操・嚥下体操・談話・その他	第4区および第9区住民で 65才以上を以てて目的に賛同するもの	入会時のみ 500円	
5	中部健康体操の会	中部公民館 中央2-21-1	毎月第1・第3水曜日 10:00～11:30	○	○	○				介護予防・健康維持のための体操・ラジオ体操・鬼石体操・ 嚥下体操 等	第2・3区の住民	無料	
6	28区健康体操の会	南部公民館 中央1-7-10	毎月第1・第3火曜日 10:00～12:00	○	○			○		セラバンド体操・鬼石体操・漢字計算問題・嚥下体操 等	南部地区住民	無料	
7	南部公民館 『憩いの場』	南部公民館 中央1-7-10	毎週火曜日(祝日も実施) 13:00～16:00	○		○		○	○	主にマージャン	南部地区住民の方	無料	
8	いこいの家 庵	いこいの家 庵 西小泉4-2-10	毎週月曜日(祝日は休み) 10:00～15:00			○		○	○	映画鑑賞・ギターで歌おう・ウクレレで歌おう・日本舞踊観賞・ オカリナ演奏・折り紙・ヘチマ水制作・警察署の講話 等々	庵則を守れる人	無料	
9	西部介護予防クラブ	西部公民館 西小泉4-29-5	毎月第1・第3月曜日 10:00～11:30	○	○	○	○			ラジオ体操・鬼石体操・口腔ケア・水戸黄門体操	西部地区にお住まいの方	無料	
10	富士之越健康体操サークル	富士之越公民館 富士2-13-14	毎月第1・第3木曜日 10:00～11:30	○	○	○		○		嚥下体操・鬼石体操・脳トレ・ゲーム 等	65才以上 大泉町富士町内	初回のみ 500円	
11	古氷交友会 健康体操部	古氷公民館 古氷508-3	毎週月曜日(祝日は休み) 10:00～11:00	○	○	○	○	○	○	DVD映像使い、ラジオ体操・鬼石式体操・嚥下体操 グリップチューブを使い、上下肢筋力維持体操 けん玉を使い、上下肢刺激と脳活運動 講話会(都度)、唱歌・童謡・ナツメロの歌唱	古氷交友会の会員	無料	
12	よりきど健康体操教室	第17区寄木戸南公民館 寄木戸1101-2	毎月第1・第3・第5水曜日 9:30～11:00	○	○	○	○	○		1) ラジオ体操・鬼石体操 2) あいうべ・早口言葉等・口腔体操・脳トレ 3) 近況について話し合い 4) 花見・そば会等イベント 5) 体操終了後買物支援	どなたでも可 (おおむね65才以上の方)	無料	
13	よりきどローズサミット	毘沙門ローズガーデン 寄木戸1313-7	毎週火曜日 13:00～17:00	○		○				1)ローズガーデンの管理 2)バラの栽培ワークショップ実施(6回/年) 3)品評会(年2回)・会報『ローズ通信』発行	どなたでも	会員費 1,000円/年	
14	和の会	高齢者ふれあいセンター 寄木戸 寄木戸963-1	毎週月曜日(祝日は休み) 10:30～12:00	○	○	○				ラジオ体操・鬼石体操・チューブ体操・ストレッチ・ 筋肉トレーニング 等	60才以上の どなたでも	100円/月	
15	14区自治会高齢者サロン	坂田西公民館 坂田4-19-1	毎月第1・第3火曜日 【第1】10:00～12:00 【第3】14:00～16:00	○		○		○	○	1. 自己紹介と一言スピーチ 3. 談笑とお茶 2. ラジオ体操・鬼石体操 4. 脳トレ、トランプ、輪投げ 等	14区自治会の方で 65歳以上	無料	

令和8年4月現在

[illegible]