

きらめき元気アップ教室 実施場所一覧

地区	名称	実施日時	入浴	食事	送迎	定員	お問い合わせ先
東みよし	東みよし町デイサービスセンター おおぐす荘	火 11:00～13:30	×	○	○	20	82-6309 東みよし町社協
	東みよし町デイサービスセンター さざんか荘	火～木 10:00～13:00	×	○	○	70	
	デイセンターパタフライ	月～土 9:30～15:00	○	○	○	16	82-3711
	ひまわり	火・金 14:00～15:00	×	×	○	28	82-6581 グループリビング 「三加茂」
三野	ライフサポートセンター桜	月～土 10:00～15:30	○	○	○	60	77-3131
	紅葉センターデイサービス	月～金 10:00～15:00	○	○	○	360	77-4070
	さくらの里	月～金 10:00～15:00	○	○	○	100	76-2078
	花笑夢 (はなえむ)	月～金 9:30～15:30	○	○	○	150	76-2877
井川	みのだデイサービスセンター	月～金 9:30～15:30	○	○	○	200	78-4000
池田	西山そらの学校 (旧西山小学校)	第1・3土 10:30～11:30	×	×	×	60	72-6761
	田岡医院	月～金 9:00～15:30	×	○	○	20	72-5551
	村山内科デイサービスセンター	月～金 10:00～11:00	×	×	○	60	72-2110
	漆川小学校	月～金で順番に 実施しており、 実施曜日が月ご とに異なる場所 もあります。 どの場所におい ても月2回程度 実施します。	×	○	○	20	74-6050 永楽荘デイサー ビスセンター星
	川崎生活改善センター		×	○	○	30	
	馬路構造改善センター		×	○	○	30	
	馬場構造改善センター		×	○	○	20	
	白地公民館		×	○	○	30	
	佐野コミュニティセンター		×	○	○	20	
	野呂内地域交流センター八達		×	○	○	20	
	出合しらさぎ荘		×	○	○	20	
	井ノ久保活性化センター		×	○	○	20	
	池田農村婦人の家		×	○	○	30	
永楽荘交流ホーム	×	○	○	70			
山城	三好市山城デイサービスセンター	月・火・木・金 10:00～15:00	○	○	○	200	84-1171 山城会デイサー ビスセンター
	大野生きがいデイサービス施設	水 10:00～15:00	○	○	○		
西祖谷	西祖谷デイサービスセンター	月～金 10:00～15:00	○	○	○	140	87-2205
東祖谷	東祖谷デイサービスセンター	月～金 10:00～15:00	○	○	○	230	88-2266

※ 事業所の規模により登録できる定員は異なります。事業を利用される方は、上記実施場所のうち1カ所に登録していただきます。
 ※ すべての方が第1希望の実施場所に参加できるとは限りませんので、「第1希望」「第2希望」を必ず記入してください。

いつまでも健康的な体づくりを支援します

参加者募集

きらめき元気アップ教室



この教室では、仲間と一緒に楽しく体操や趣味活動などを行うことで、自ら積極的に介護予防を行っていただけるプログラムを組んでいます。

教室は曜日や回数の決まりがありますが、ここで習った体操、趣味活動をご自宅や地域の集まりで行って、教室だけでなく普段から積極的に介護予防に取り組みましょう。

お問い合わせ先
みよし広域連合介護保険センター
 地域支援係 電話 76-0030

利用できる対象の方

- ① 三好市および東みよし町に住所を有する65歳以上の方。
- ② 介護保険の「要支援」「要介護」の認定を受けていない方。

教室の内容

- おもに介護予防のための体操や運動を30分～60分程度行います。
- そのほか、栄養やお口の手入れについての話、手芸などの創作活動や趣味活動など、場所ごとに工夫したプログラムを用意しています。
- 利用できる場所は1カ所です(登録制)。
- 1人月に2回利用できます。
- 利用料は、1人1回300円です。

利用までの流れ

次ページの実施場所の中から利用したい場所を選んで、利用申請書に必要事項を記入して提出してください。
 一覧にある実施場所については、住ん

利用申請書配布場所および提出先

- みよし広域連合介護保険センター
- 各実施施設(事業所)
- 三好市役所長寿障害福祉課
- 東みよし町役場福祉課

※ 昨年度まで実施していた「ステップ2教室」は、この教室として実施していきますのでぜひご参加ください。

でいる地域に関係なく、利用したい事業所を選ぶことができます。
 (例) 三好市井川町在住の方でも、東みよし町の事業所を利用することができます。
 ● 申請書受付後、利用できるか確認し、教室参加が認められる方には利用決定通知書により連絡いたします。
 その後、実施事業所と利用曜日などについて決めてください。
 ● 介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けられた場合は、この教室には参加できません。
 介護認定の申請日から利用できなくなりますので、必ずご連絡ください。