

甲佐町における介護予防教室

『地域の集い』

～住み慣れた地域で介護予防に取り組みましょう～

高齢者がいつまでも健康で住み慣れた地域で安心して暮らし、生きがいをもって生活できるように、町では「地域の集い（介護予防教室）」を推進しています。

「地域の集い」が各公民館等で立ち上がっています。（裏面参照）



『地域の集い』とは・・・？

地域の皆さんが主体となって公民館等で介護予防活動に取り組まれている行政区があります。町では、その場を総称して『地域の集い』と呼んでいます。

（国が示している「通いの場」にちなんで名付けた名です。）

『地域の集い』って何をするとところ？

主に椅子に座ってでもできる体操（「いきいき百歳体操」等）を中心とした介護予防活動を推進しています。

※他にも体操と一緒に次のような活動をされている地区も・・・

- ・ お口の機能向上を目的とした口腔体操（「かみかみ百歳体操」等）
- ・ 認知機能低下予防を目的としたレクリエーション活動

例）歌に合わせた頭の体操、ボール等を用いたゲーム、茶話会など・・・

『地域の集い』の効果とは？

介護予防につながる！

- 体力の維持・向上
- 口腔機能向上
- 認知機能の低下予防 など...



住み慣れた地域でいきいきと
過ごす時間が長くなる！

人と会うことで

元気に、笑顔になる！



集まることが楽しくなる！

知り合いが増える！



地域づくりにつながる！

地域の方が楽しく参加できるように、それぞれの行政区で内容を工夫されています！

甲佐町の活動状況



裏面

令和7年7月15日現在では40地区で介護予防活動の取り組みをされています。

No	地区	会場	実施状況
1	上 揚	上 揚 集 会 所	月 1 回
2	東寒野	東寒野公民館	月 1 回
3	西寒野	西寒野公民館	月 2 回
4	上豊内	上豊内公民館	週 1 回
5	下豊内	下豊内公民館	週 1 回
6	岩下1区	老人いこいの家	月 1 回
7	岩下2区	岩下2区公民館	月 2 回
8	緑 町	緑 町 公 民 館	週 1 回
9	仁田子	仁田子公民館	月 1 回
10	大 町	大町公民館	週 1 回
		町営住宅立岩団地	月 2 回
11	横 田	横 田 公 民 館	週 1 回
12	有 安	有 安 公 民 館	週 1 回
13	中横田	中横田集会所	週 2 回
14	下横田	下横田公民館	週 1 回
15	浅 井	浅 井 公 民 館	週 1 回
16	上早川1区	龍野福祉ふれあいセンター (合同開催)	月 2 回
17	上早川2区		
18	上早川3区		
19	上早川4区		

20	船 津	船津公民館	週 1 回
21	麻生原	麻生原公民館	月 1 回
22	世 持	世 持 公 民 館	月 1 回
23	南三箇	南三箇公民館 再開予定	週 1 回
24	中 山	中 山 公 民 館	月 2 回
25	津志田	津志田公民館	週 1 回
26	上田口	上田口公民館	月 2 回
27	下田口	下田口公民館	月 2 回
28	田 原	田 原 公 民 館	週 1 回
29	和田内	和田内公民館	月 3 回
30	府 領	府 領 公 民 館	月 1 回
31	北原	乙女高齢者福祉センター	不定期
32	中早川	中早川公民館	月 2 回
33	早 川	早 川 公 民 館	月 6 回
34	北早川	北早川公民館	月 2 回
35	糸 田	糸 田 公 民 館	週 2 回
36	辺 場	辺 場 公 民 館	週 1 回
37	古 閑	古閑公民館(八丁も含む)	週 1 回
38	山 出	山出農業構造改善センター	月 1 回
39	芝 原	芝 原 公 民 館	月 1 回
40	吉 田	吉 田 公 民 館	月 2 回

◆お問い合わせ先◆ 甲佐町役場 福祉課 地域包括支援係
電話：096-234-1114まで

