

河内長野市 地域介護予防活動支援事業（通いの場活動・街かどデイハウス活動） 実施団体（令和8年度）

令和8年7月現在

○通いの場活動

団体名（五十音順）	開催場所	開催曜日（基本）	主な内容	問い合わせ先
大矢船近所のつどい	大矢船南町 (2軒の民家)	4週目の月：14:00～15:00（近所のつどい） 2週目の木：12:00～14:00（カレー食事会） 1・3・4週目の木：14:00～15:00（コーヒーカフェ） 毎週の月：8:30～9:00（自 <sup>じきょうじゆつ</sup> 彊術） *日本最初の健康体操 1・2・4・5週目の水：9:00～10:00（太極拳） 毎週の火・土：8:30 から2時間ほど（ウォーク） 2・4週目の金、3週目の火：13:00～15:00（麻雀） 3週目の火：13:00～15:00（囲碁） 4週目の水：14:00～15:00（読み聞かせ）		080-5712-3606
カーニバル	菊水町 (長野地区自治会館)	月：13:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生涯自立を目的とした体操</li> <li>・姿勢（背筋を伸ばす） ・足腰をきたえる</li> <li>・脳力トレーニング（指の右と左を交互に動かす。右手と左手を反対に動かす）</li> </ul>	0721-52-2495
通いの場 お昼のらぶ	原町5丁目6-14 3号 (店舗)	火・木・日：12:00～16:00 *上記日時以外でも希望があれば、ご相談に応じます。 *上記日時でも開所していないことがあります。 事前に連絡先電話番号へご確認ください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カラオケ ・軽い運動 ・脳トレ</li> <li>・季節の行事（クリスマスパーティ等）</li> </ul> <p>*参加者のご要望に応じて、内容を充実させていきます。</p>	090-3998-1453 *初めて参加される場合は、事前にご連絡ください。
げんきや day	市町 (市町 diary)	金：9:00～12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨガ ・太極拳</li> <li>・DVDで健康体操、歌体操</li> </ul>	0721-53-1111 (市役所)

すこやか	三日市町 (三日市公民館)	水：9:30～12:00 または 13:30～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康体操</li> <li>輪投げ</li> <li>ラダーで脳トレ歩行</li> <li>ミニバトミントン</li> <li>トランプ、坊主めくり</li> <li>キャッチボール</li> <li>体力測定</li> <li>ボッチャ</li> <li>おじゃみ(お手玉)</li> <li>花見や食事会</li> </ul>	0721-53-1111 (市役所)
ひろば・ひまわり	大師町 (楠翠台自治会集会所)	1・3週目の木： 10:00～13:00 2・4週目の土： 13:30～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康体操</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>カラオケ</li> <li>各種ゲーム(輪投げ、ダーツ、ボッチャ、ミニバトミントン、モルック、百人一首等)</li> <li>各種研修(スマホ研修、脳トレ、健康維持の講演や落語等)</li> <li>お絵描き</li> <li>世界遺産DVD鑑賞</li> <li>作品展(絵画、手芸、工作、書、川柳等)</li> <li>ふれあい喫茶(スイカ割りやフラダンス、男声合唱、シャンソン等を見聞きしながら、コーヒーと菓子を味わう)</li> </ul>	0721-53-1111 (市役所)
FITNESS AI (フィットネス エーアイ)	大矢船中町 (大矢船自治会館)	金：13:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>アイスブレーキング</li> <li>呼吸法</li> <li>ボールを使って筋肉の刺激法</li> <li>ヨガ</li> <li>柔軟体操</li> <li>布玉バンドを使用して体操(季節の歌を歌いながら)</li> <li>脳トレ(歳時記等を紐解いて説明)</li> <li>パタカラ体操(口の体操)</li> <li>筋トレ</li> <li>3B体操(ベルやベルター等の器具を使用)</li> <li>外部講師による講習</li> <li>近所ウォーキング</li> </ul>	0721-53-1111 (市役所)
楽笑会 (らくしょうかい)	三日市町 (三日市市民ホール)	金：9:00～12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>ストレッチ</li> <li>筋トレ</li> <li>ゲームを含む体操(8カウント数えて向き変更、3歩と5歩の盆踊り、2人で押し相撲)</li> <li>外部講師による体操指導</li> <li>お楽しみ食事会</li> </ul>	0721-53-1111 (市役所)
楽楽や day (らくらくやでい)	市町 (市町 diary) *第3木曜日は 「千代田台自律庵だんだん」	1・2・4週目の木： 9:00～12:00 3週目の木： 9:00～15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>日本ヨーガ療法士協会の療法士を講師に招き、心身の健康を願うヨガやストレッチ体操。</li> <li>第4木曜日は運動後のティータイムで交流。</li> <li>第3木曜日は講師を招き、季節の花を水彩画で楽しむ。</li> <li>季節の旬野菜を中心に、手作りランチの会食。</li> </ul>	0721-53-1111 (市役所)

○街かどデイハウス活動

団体名（五十音順）	開催場所	開催曜日（基本）	主な内容	連絡先
アートグルメ錦生会 （きんしょうかい）	錦町 （民家）	月・水・金：9:00～16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・送迎（近隣のみ。団体代表者と要相談）</li> <li>・筆あそび（墨等を使って）</li> <li>・カラオケの団体レッスン</li> <li>・懐かしの歌（ピアノ生伴奏で）</li> <li>・寝ころび息いき体操</li> <li>・脳トレ麻雀</li> <li>・囲碁</li> <li>・ティータイム</li> </ul>	0721-53-1111 （市役所）
シルバースクール	三日市町 （民家）	月・水・金：10:00～16:00 火・木・土：13:00～17:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康体操</li> <li>・脳トレ</li> <li>・カラオケ</li> <li>・音読</li> <li>・健康麻雀</li> <li>・茶和会</li> </ul>	0721-53-1111 （市役所）
街かどデイハウス ロッコ	大矢船中町 （民家）	月・火・土：9:00～18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・送迎（団体代表者と要相談）</li> <li>・健康チェック</li> <li>・健康体操</li> <li>・ティータイム（コーヒー・紅茶とお菓子）</li> <li>・健康麻雀</li> <li>・パソコン、スマホ教室</li> <li>・英会話（入門・初級・初中級）</li> <li>・おしゃべり、脳トレ等</li> </ul> <p style="text-align: center;">*看板猫もいます！</p>	090-7118-3799

## ○よくあるご質問

(Q 1) 地域介護予防活動支援事業の目的は何ですか。

(A 1) 住民参加による介護予防活動を中心とした柔軟できめ細やかな日帰りサービスを提供することにより、高齢者等が住み慣れた地域でいつまでも自立した生活を続けられるとともに、地域内での高齢者等の相互の支え合い体制や地域における居場所の確立を図ることを目的としています。

(Q 2) 利用料は無料ですか。

(A 2) 1回あたり500円から1,000円程度の利用料がかかる団体もあります。上記の連絡先にご確認ください。

(Q 3) 問い合わせ先が「0721-53-1111(市役所)」になっている場合は、市役所に問い合わせればよいのですか。

(A 3) 市役所 介護保険課 介護予防グループ(代表:0721-53-1111)までお問い合わせください。

参加希望者の連絡先等をお聞きし、見学日時の調整や活動内容説明をしていただくように、市役所から団体代表者に依頼します。

(Q 4) 「通いの場活動」と「街かどデイハウス活動」は、何が違うのですか。

(A 4) 市からの補助金の対象となる上での「利用者数・開所日時」「必須事業」等や、補助金額が違います(団体代表者に対する補助金です)。

主な傾向として、「通いの場活動」は体操等の運動を主に実施している団体が多く、「街かどデイハウス活動」は趣味活動を主に活動している団体が多いという特徴があります。

また、「街かどデイハウス活動」では、一部の団体で送迎をしてくれる場合があります(お住まいの場所等の条件があるので、団体代表者と要相談)。