元気の秘訣はお出かけにあり！

介護事業所編　vol.1

なりたい自分に近づける場所がある！

地域の介護事業所も、地域住民の皆さんの健康づくりや介護予防のために
リハビリ専門職が実施する健康教室等を開催しています。
内容は事業所によって異なりますので、詳細は事業所へお問合せください！



身体を動かしたいなら‥

八日市地区

〇でいサービスセンター年輪
住所：市辺町 3834 番地
内容：介護予防体操教室（運動器具あり）
開催時間：毎週水曜日 14:00-16:00
費用：500 円
問合せ：0748-20-3711

五個荘地区

〇地域密着型特別養護老人ホームきいと
住所：五個荘山本町 447 番地 34
内容：健康体操教室
開催時間：第1・3木曜日 10:30-11:30
費用：無料
問合せ：0748-48-7501

能登川地区

〇社会福祉法人真寿会　ぱーる運動クラブ
開催場所：能登川駅前 ビジネスホテル アズイン１階
内容：能登川地区内送迎可、体力測定、トレーニング
開催時間：11:00～/13:00～/14:00～ 各１時間
費用：1,000 円
問合せ：0748-42-3377（真寿会）



永源寺地区

〇東近江市社会福祉協議会　デイサービスセンターゆうあいの家
住所：永源寺高野町 437 番地
内容：ラジオ体操
開催時間：第３金曜日 14:00～
問合せ：0748-27-2066

能登川地区

〇東近江市社会福祉協議会　かじやの里の新兵衛さん
住所：佐野町 35 番地
内容：ラジオ体操
開催時間：第2・4木曜日、13:15～
問合せ：0748-42-8377



能登川地区

〇東近江市社会福祉協議会　デイサービスセンターちゃがゆの郷
住所：乙女浜町 527 番地
内容：ラジオ体操
開催時間：月２回 14:00～
問合せ：0748-45-8033

蒲生地区

〇東近江市社会福祉協議会　デイサービスセンターあさひの
住所：鋳物師町 708 番地1
内容：ラジオ体操
開催時間：第1・3 火曜日 14:20～
問合せ：0748-55-8501

ゆっくりおしゃべり、 リラックスを求めるなら･･･

八日市地区

○グループホームさくら苑
住所:東近江市聖徳町 4 番 23 号
内容:さくら(認知症)カフェ
地域の高齢者やそのご家族、地域住民も参加しやすいカフェです。
開催時間:毎月第3土曜日 14:00-15:00
費用:200 円
問合せ:0748-22-1988

永源寺地区

○介護老人福祉施設 もみじ
住所:永源寺高野町 431-2
内容:えんがわ喫茶/歌声喫茶
開催時間:4-5 カ月に1回/月1回 11:00-15:00
費用:100 円
問合せ:0748-27-2031



五個荘地区

○五個荘地域包括支援センター「すまいる･カフェ」
開催場所: NPO 法人 喜里 難病応援センター
五個荘小幡町 322-5(支所隣)
内容: 飲み物やお茶を楽しみながら高齢者やその家族だけでなく地域住民も対象に、介護･生活･健康･相談支援、イベントを月1回程度実施。
開催時間:毎月第2木曜日13:30～15:30
問合せ:0748-48-5540

五個荘地区

○社会福祉法人六心会 特別養護老人ホームきいと
住所: 五個荘山本町 447 番地 34
内容: 暮らしを彩る1日教室(ワークショップ)
生活に役立つ体験教室
開催時間:月1回程度 13:30～
問合せ:0748-48-7501

五個荘地区

○地域密着型特別養護老人ホームきいと「きいとカフェ」
住所:五個荘山本町 447 番地 34
内容:管理栄養士がプロデュースする季節のドリンクとデザートを楽しめます
開催時間:第1･3木曜日 11:30-12:00
費用: 飲み物代(100円～)
問合せ:0748-48-7501



自治会公民館等で、健康体操や介護予防等の取組をやりたい！誰か講師を派遣してほしい！

南部地区

○デイサービスリハセンター かけはし
住所: 沖野 5 丁目 10 番 8 号
内容: コグニサイズ(脳と体に刺激を与える運動)等
派遣職員:介護福祉士、作業療法士等
問合せ:0748-56-1460

南部地区

○医療法人社団幸信会 ウェルあおば介護相談室
住所: 青葉町 1 番 46 号
内容: 高齢者サロンへの介護保険･認知症講座
派遣職員:ケアマネジャー
問合せ:0748-20-2121

自治会公民館等で、健康体操や介護予防等の取組をやりたい！誰か講師を派遣してほしい！

建部地区

○デイサービスセンターてんまや
住所：建部日吉町 312 番地
内容：高齢者サロンへ健康講座
派遣職員：介護福祉士



問合せ：0748-36-2112

愛東地区

○近江温泉病院　近江デイリハセンター
住所：北坂町 966 番地
内容：高齢者サロンへの健康講座・相談
派遣職員：理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等

問合せ：0749-46-1125

八日市地区

○東近江市社会福祉協議会　在宅福祉課
住所：今崎町 21 番地1
内容：「フレイル予防ってなに？」、「健康長寿の秘訣」、「認知症予防！脳トレ・体操」等、『近所でみんなと健康づくり』をテーマにいつまで元気に過ごせる秘訣をお伝えします！市内全域伺います！
問合せ：0748-24-1302

五個荘地区

○社会福祉法人六心会 介護老人保健施設ここちの郷
住所：五個荘山本町 466 番地
内容：「転ばぬ先の、健康教室」他
介護予防に役立つ体操、体幹トレーニング

問合せ：0748-48-8300

湖東地区

○あおぞら訪問看護ステーション
住所：平松町 498番地
内容：地域サロンに健康講座、看護師による介護、健康相談室



問合せ：0749-45-8277

湖東地区

○小規模多機能型居宅介護　ひばり
住所：長町 304 番地
内容：高齢者サロン等での健康講座
派遣職員：介護福祉士

問合せ：0749-45-8000

能登川地区

○リハビリセンターあゆみ
住所：新宮町 558 番地
内容：身体・認知機能低下予防、栄養、介助指導、介護保険について
派遣職員：理学・作業療法士、言語聴覚士、介護福祉士、管理栄養士、看護師、介護支援専門員、社会福祉士
費用：確認必要
問合せ：0748-42-3355

能登川地区

○にこにこリハビリステーション
住所：垣見町1597番地
内容：健康体操・介護予防体操、出前講座
開催時間：月～土　14～16 時
費用：無料
派遣職員：理学療法士
対象地域：能登川地域
問合せ：0748-36-1125



行政サービスも活用して、健康づくりの仲間を増やしましょう！

◎ちょっときてぇな講座

内容：様々な専門知識や特技等を持った市民、企業、市職員が講師となり、地域に出向いて学習する機会を提供します。

費用：講師料は無料
材料費等がかかる場合あり。

問合せ：東近江市教育委員会生涯学習課
0748-24-5672

市ホームページ



1か月前（講座によっては数か月前）までに市の生涯学習課に申込することになっています。日程等、講師との調整が必要ですので、早めにご相談ください。

○まちリハ
（地域リハビリテーション活動支援事業）

対象：市内在住の概ね60歳以上、10人以上で構成された団体、グループ、サークル

内容：団体が実施する定期的な活動の場に、リハビリ専門職等（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、歯科衛生士、保健師等）を派遣する 3 年間の事業です。
健康づくりや介護予防に関するアドバイス、助言により、地域での自主活動を支援します。
3 年間の派遣事業が修了しても地域での活動が続けていけるように、社会福祉協議会もバックアップします！

問合せ：保健センター
0748-23-5050





【事業所への問合せの前に】
＊介護事業所は、利用者の介護保険サービスの提供が最優先されるため、地域の人が参加できる教室の開催や出前講座等の出張ができないことがあります。
また、事業所によって費用負担や対象地域を限定している場合もありますので、事前に各事業所にご相談ください。

【問合せ先】
長寿福祉課　高齢福祉係
IP 050-5801-5645
電話 0748-24-5645

長寿福祉課　R8.6改正