



○まじきん気教室(3ページ)

○その他の通いの場(4ページ)

○グラウンドゴルフ(4ページ)

○オレンジサロン(5ページ)

○いきぬこ〜会(5ページ)

○公民館講座(5ページ)

スポーツ関係・ボランティア・趣味関係のグループ等への
社会参加の機会をつくる事で
転倒や認知症やうつリスクを下げる事が分かっています。
元気なうちから居場所づくり、習慣作りが重要！
お近くのサロンや活動に参加されてみませんか？



益城町の通いの場



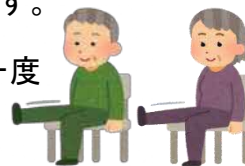
◆地域サロン開催場所と日程◆

サロン問合せ: 益城町社会福祉協議会 096-214-5566

No.	校区	行政区	サロン名	開催場所	開催日	時間
1	飯野	赤井	ひまわり会	赤井公民館	第3火曜日	13:30~16:30
2		木崎	木崎サロン	木崎公民館	第3金曜日	10:00~12:00
3		五楽	しらゆり会	五楽公民館	第2水曜日	13:30~15:00
4		中尾	中尾サロン	中尾公民館	第1金曜日	13:30~15:00
5		上砥川	上砥川さくら会	上砥川公民館	第3水曜日	10:00~11:30
6		中砥川・下鶴	コスモス会	中砥川公民館	第1月曜日	13:00~15:00
7		下砥川	美守る会	下砥川公民館	第4木曜日	10:00~12:00
8		飯田	飯田山会	飯田公民館	第3木曜日	10:00~12:00
9		土山	土山サロン	土山公民館	第2木曜日	10:00~12:00
10		小池秋永・下原	小秋の会	小池秋永公民館	毎月22日	13:30~15:30
11		東無田	島田サロン	島田公民館	第3水曜日	10:00~11:30
12		櫛島	櫛島サロン	櫛島公民館	第2木曜日	13:30~15:30
13	広安	惣領1	ニコニコ健康サロン	惣領1町内公民館	第2金曜日	10:00~12:00
14		惣領2	ふれあい会	惣領2町内公民館	偶数月第4木曜日 奇数月第4金曜日	10:00~12:00
15		惣領3	ニコニコサロン	惣領3町内公民館	毎月10日	10:00~12:00
16		惣領4	こがみサロン	惣領4町内公民館	第2火曜日	13:30~15:30
17		馬水北	まごころサロン	公民館(偶数月) 団地(奇数月)	第3木曜日	10:00~12:00
18		馬水南	結いの会	馬水南公民館	第3土曜日	10:00~12:00
19		安永1	元気サロン	安永1・2町内公民館	第3木曜日	10:00~12:00
20		安永2	元気サロン	安永1・2町内公民館	第3水曜日	10:00~12:00
21		安永3	安永3町内ふれあいサロン	安永3町内公民館	第4月曜日	10:00~12:00
22		安永4	安永4町内笑顔で集うサロン	安永4町内公民館	第4木曜日	10:00~12:00
23	広安西	広崎1	ふれあい会	広崎1町内公民館	第2火曜日	10:00~12:00
24		広崎2	わかば会	広崎公民館	第4水曜日	10:00~12:00
25		広崎3	かたろう会	広崎3町内公民館	第4月曜日	10:00~12:00
26		広崎4・5	よつ葉会	広崎4町内公民館	第4火曜日	10:00~12:00
27		古閑	ミニサロン	古閑第二公民館	第4水曜日	10:00~12:00
28		福富	シラカシサロン	福富公民館	第2水曜日	10:00~11:30
29	木山	小峯	ニコニコサロン	大峯公民館	第3水曜日	10:00~11:30
30		下寺中灰塚	サロン下灰	下寺中灰塚公民館	第3月曜日	10:00~12:00
31		寺迫	寺迫古城会	寺迫公民館	第1木曜日	9:30~12:00
32		上町	サロン上町	きやま座	毎月10日	10:00~12:00
33		下町	健康清正公会	きやま座	第2水曜日	10:00~12:00
34		蛭子町	よかば〜い	きやま座	第2月曜日	13:30~15:30
35		市ノ後	サロン青空	市ノ後公民館	毎月1日	10:00~12:00
36		宮園	サロンきずな	宮園公民館	第2火曜日	10:00~12:00
37		市ノ後団地	遊望会	市ノ後団地公民館	第4金曜日	9:30~11:30
38		辻の城団地	おたのしみ会	辻の城団地公民館	第3木曜日	9:30~12:00
39		辻団地	友遊会	辻団地集会所	第3水曜日	9:30~11:30
40	福田	木山下辻団地	ほほえみ会	木山下辻団地集会所	第2木曜日	9:30~11:30
41		谷川	わくわくサロン	谷川公民館	第3木曜日	13:30~16:00
42		畑中	あつまろう会	福田公民館	第3金曜日	13:30~14:30
43		川内田	川内田朝来サロン	川内田公民館	第3金曜日	10:00~11:30
44		田中	茜会	田中公民館	第3水曜日	10:00~11:30
45		平田上・中	平田第一ふれあいサロン	平田上(偶数月) 中公民館(奇数月)	第2火曜日	13:30~15:30
46		平田下・西・境	平田さわやかサロン	平田教育集会所	第2火曜日	14:30~15:30
47	津森	上陳	辻ヶ峰サロン	上陳公民館	毎月25日	9:30~11:30
48		堂園	堂園サロン	堂園公民館	第2月曜日	10:00~12:00
49		杉堂	潮井サロン	杉堂公民館	第3金曜日	10:00~12:00
50		上小谷	いてみろかい	上小谷公民館	毎月15日	13:30~15:30
51		下小谷	高遊サロン	下小谷公民館	第3月曜日	9:30~11:30
52		田原	田原寿会	田原公民館	毎月18日	9:30~12:00
53		寺中	アヤメサロン	寺中公民館	第4木曜日	13:30~15:30
54		北向	みゆきサロン	北向公民館	毎月25日	13:30~15:30
55		下陳	千光寺サロン	下陳公民館	毎月17日	13:30~15:30

ましき元気教室

…地域の住民同士で自主的に集まって運動等を実践する教室です。
ましきエクササイズ(ストレッチ+簡単な筋トレ)のDVDに合わせて運動します。
町からの支援もありますので、興味のある方はお問合せください。
新規受け入れをしていない団体もあります。見学・参加をご希望の方は、一度はびねすまでご相談ください。



問合せ:096-234-6123 (保健福祉センター 健康保険課 健康増進係)
096-286-3113 (役場 健康保険課 保健事業係)

No.	行政区	団体名	活動場所	開催日時	活動回数
1	飯野	飯野で運動しよ会	益城町公民館 飯野分館	金曜日 10:00~11:00	週1回
2		櫛島体操クラブ	島田櫛島公民館	土曜日 13:30~14:30	週1回
3		櫛島かわせみ	島田櫛島公民館	土曜日 10:00~11:30	週1回
4		飯田にこにこクラブ	飯田公民館	月曜日 14:00~15:00	週1回
5		あさがお会	小池秋永公民館	水曜日 13:30~14:30	週1回
6		いつまでも元気もん塾	下砥川公民館	水曜日 13:30~14:30	週1回
7		笑話クラブ	土山公民館	火曜日 13:30~14:30	週1回
8		さくら	中砥川公民館	木曜日 10:00~11:30	週1回
9	広安	はびねすで 元気になる会	保健福祉センター	火曜日 10:00~11:30	週1回
10		マンデー4Uクラブ	保健福祉センター	火曜日 14:00~15:30	週1回
11		ひまわり	保健福祉センター	金曜日 14:00~16:00	週1回
12		馬水エクササイズクラブ	馬水公民館	火曜日 14:00~15:00	週1回
13		おしゃべり体操	馬水公民館	金曜日 14:00~15:00	週1回
14		コスモス	惣領1町内公民館	水曜日 10:00~11:00	週1回
15		ミセスフレッシュ	安永1・2町内公民館	木曜日 13:30~15:30	週1回
16		美しくかっこよくなる会	安永4町内公民館	火曜日 10:00~11:00	週1回
17		安永4町内笑顔で集う ふれあい体操	安永4町内公民館	土曜日 10:00~11:00	週1回
18		古閑老人クラブ	古閑第一公民館	水曜日 13:00~ 日曜日 9:00~	週2回
19		ハッピータイム	安永1・2町内公民館	月曜日14:00~15:00	月3回程度
20		体操会	安永3町内公民館	火曜日10:00~11:00	週1回
21	広安西	福富サロン	福富公民館	月曜日・水曜日 10:00	週2回
22		ときめき会	広崎1町内公民館	水曜日 14:00~15:00	週1回
23		広崎ねむの木会	広崎2町内公民館	火曜日 13:30~14:30	週1回
24		フレンドリー	広崎5町内公民館	木曜日 13:30~14:30	週1回
25		4U体操クラブ	広崎3町内公民館	木曜日 13:00~14:00	月3回程度
26		第2団地くじゃくの会	広崎第二団地	水曜日 13:00~14:00	週1回
27		こがサンフラワー	古閑第二公民館	月曜日 10:00~11:00	週1回
28		小峯すみれ会	大峯公民館	金曜日 10:00~11:00	週1回
29	木山	下灰運動しよう会	下寺中灰塚公民館	水曜日 14:00~15:00	週1回
30		きやま元気クラブ	市ノ後団地公民館	金曜日 10:00~11:30	月3回程度
31		あじさい会	市の後団地公民館	水曜日 10:00~11:00	週1回
32		市ノ後団地 いきいき体操会	市ノ後団地集会所	火曜日 9:00~10:00	週1回
33		ますます元気教室	きやま座	金曜日 14:00~15:00	週1回
34		どんぐり会	辻の城公民館	木曜日 10:00~11:00	週1回
35	福田	福田なかよしクラブ	益城町公民館福田分館	水曜日 13:30~14:30	月3回程度
36		平田元気クラブ	平田教育集会所	木曜日 10:00~11:00	週1回
37		谷川元気体操	谷川公民館	月曜日 13:30~14:30	週1回
38	津森	津森で運動しよ会	益城町公民館 津森分館	火曜日 13:30~14:30	月3回程度
39		サロン・ザ堂園	堂園公民館	月曜日・金曜日 10:00~11:00	週2回
40		田原の愉快的仲間たち	田原公民館	水曜日 10:00~11:00	週1回
41		よつ葉	寺中公民館	火曜日 10:00~11:00	週1回

その他の通いの場

問合せ:096-214-5566(生活支援コーディネーター富嶋)



No.	地区	団体名	活動内容	活動場所	開催日時	活動回数
1	飯野	レクダンス	ダンス	益城町公民館 飯野分館	毎週水曜日 10:00～	週1回
2	安永	リアン	手芸	安永団地集会所	不定期	不定期
3	安永	アイリーダンスクラブ	社交ダンス	ひろやす荘	土曜日 14:00～	月3回
4	馬水	フレッシュましき	手話ダンス	馬水公民館	月曜日 10:00～	月4回
5	惣領	お茶しませんか?	様々な活動 (講演会など)	惣領4町内 公民館	第3火曜日 13:00～	月1回
6	福富	花架拳	健康体操	福富公民館	第1、3土曜日 14:00～16:00	月2回
7	福富	スマイル	手芸	福富公民館	第2、4土曜日 13:00～16:00	月2回
8	広崎	ふれあい会	書道・囲碁・将棋・健康麻雀、 物づくり・携帯電話・家庭菜園	広崎3町内 公民館	第1,2,3,4木曜日 10:00～13:00	月4回
9	広崎	森田農園	畑で野菜づくり	広崎4町内 畑	随時	随時
10	広崎	和ごころ	手芸	カタル	毎週金曜日 10時～15時半	週1回
11	小峯	囲碁会 茶話会	囲碁	大峯公民館	第2、4木曜日	不定期

グラウンドゴルフ

ほとんどの団体が益城町スポーツ協会のグラウンドゴルフ協会に所属。
各地区ごとの大会とは別に、グラウンドゴルフ協会としての大会は2ヶ月に1回程度、年6回あり。
熊日杯10月、会長杯11月、初市大会3月+会長杯1回、うぐいす杯2回があるとの事。

問合せ:096-214-5566(生活支援コーディネーター富嶋)



No.	地区	名称	活動場所	開催日時	活動回数
1	飯野	西地区グラウンド ゴルフ	飯野西地区 秋永グラウンド	毎日9:00～11:30 大会:第2・4水曜日	毎日
2	広崎	広崎グラウンド ゴルフ	広安町民第一グラウンド	火木曜日9:00～ 大会:第3火曜日	週2回
3	古閑	古閑グラウンド ゴルフ	古閑第2公民館裏 私有地グラウンド	水土曜日9:30～ 大会:第4土曜日	週2回
4	木山	木山グラウンド ゴルフ	月水金:益城町民グラウンド 火木土日:辻の城グラウンド	毎日8:30～(冬9:00～) 大会:第3木・金曜日	毎日
5	福田	福田グラウンド ゴルフ	福田町民グラウンド ※福田の各老人会でも実施	月木曜日9:00～(夏8:30～) 大会:なし	週2回
6	津森	津森グラウンド ゴルフ	津森グラウンド	毎日9:00～(冬13:00～) 大会:9の付く日	毎日
7	津森	津森ゲートボール	津森グラウンド	6の付く日 8:30～	月3回
※	小峯	小峯グラウンド ゴルフ愛好会	小峯町営運動広場	月水金曜日8:30～ 大会:月1回	週3回
※	馬水	馬水グラウンド ゴルフ	馬水健康運動広場 (馬水グラウンド)	水土曜日9:00～ 大会:不定期	週2回

※開催の状況につきましてはお問合せください。

ましき健康づくり応援ポイントがもらえるグラウンドゴルフ

広崎老人クラブ	益城町古閑愛好会	小峯グラウンドゴルフ愛好会
津森GG愛好会	広安校区馬水老人会老盛会	

※開催の状況につきましてはお問合せください。

ポイントカードを貯めて賞品に応募できます!

オレンジサロン いきいきカフェ

町内にお住まいの介護や認知症の当事者やご家族、介護に関する専門職、地域の人々が気軽に話ができる場、情報共有ができる場として、定期的を開催しています。認知症に関する専門知識を持つ職員が、介護に関する相談も受け付けています。

問合せ: 096-286-3611(益城病院)

※花カフェのみ社会福祉協議会: 096-214-5566



No.	地区	団体名	活動内容	活動場所	開催日時	活動回数
1	下砥川	下砥川オレンジサロン	茶話会、認知症相談 参加費無料、申し込み不要	下砥川公民館	第2木曜日 10:00~12:00	月1回
2	福富	福富オレンジサロン	茶話会、認知症相談 参加費無料、申し込み不要	福富公民館	第4水曜日 10:00~12:00	月1回
3	市ノ後	市ノ後オレンジサロン	屋外開催 参加費無料、申し込み不要	スーパーキッド横 個人宅	第3木曜日 10:00~12:00	月1回
4	下辻 団地	ほっこり茶屋	茶話会、認知症相談 参加費無料、申し込み不要	下辻団地集会所	第4木曜日 10:00~11:30	月1回
5	移動 型	花カフェ	住民主体、移動型カフェ 利用料100円 ※いきぬこ〜会とは別です。	場所は社協だより でお知らせ	奇数月 第2水曜日 13:00~15:00	2ヶ月に 1回

いきぬこ〜会

認知症の方を在宅で介護されている方が集まり、介護に関する体験談やお悩み相談、情報交換を行う息抜きの場です。

ご予約は不要です。詳しくは毎月の社協だよりをご確認ください。

問合せ: 096-214-5566(社会福祉協議会)



No.	地区	団体名	活動内容	活動場所	開催日時	活動回数
1	木山	いきぬこ〜会	介護情報交換、息抜き、 月替わりのミニ講座など。	場所は社協だよりで お知らせ	第4水曜日 13:30~14:30	2カ月に 1回

生涯学習講座

年間を通じて行われる趣味や運動の講座で、全戸配布のチラシにて周知されています。

募集期間、定員が決まっていますのでご注意ください。

記載以外にも単発で行われる講座もありますので、参加してみたい方はお問合せください。

問合せ: 096-286-3337(益城町教育委員会 生涯学習課)



No.	地区	団体名	活動内容	活動場所	開催日時	活動回数
1	木山	益城カレッジ	8回に分けて益城文化、スマ ホ講座などさまざまな講座を 行っています。	地域共生センター カタル	講座により日時 が変わります。	前期8回 後期8回
2	木山	優しい フィットネス	運動着で参加。 楽しく参加できるフィットネス	地域共生センター カタル	第2・4水曜日 14:00~16:00	月2回
3	木山	ふるさと学芸員	四賢婦人・熊本のハンサム・ ウーマン講座	地域共生センター カタル	第1・3金曜日 14:00~16:00	月2回
4	木山	落語入門	初心者の方から落語を学べます	地域共生センター カタル	第3水曜日 14:00~16:00	月2回
5	木山	そろばん	初級から上級者まで そろばんを学べます	地域共生センター カタル	第1・3金曜日 10:00~12:00	月2回

※開催の状況については、問い合わせ先にお尋ねください。

地域共生センター カタル

「垣根のない学びの提供」、「交流による新たな価値や活動の創造」、「頼いとにぎわいの場の提供」を通して、個性豊かで活力に満ちた地域づくりのための施設です。

講座への参加や施設利用に関しては**地域共生センター**までお問合せください。TEL：096-237-8822

開館時間／9:00～22:00 休館日／月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始(12/29～1/3)

カルチャー講座

～初めての方でも安心して楽しめる講座となっております～

火曜日	No.	講座名	活動内容	対象者	開催日時
	1	朝スッキリYOGA	朝ヨガで日中の集中力や代謝アップ	18歳以上	10:00～11:00
	2	ZUMBA(初級)	ダンス系のエクササイズ	18歳以上	11:15～12:00
	3	はじめてのYOGA(初級)	初めてYOGAをする方、身体が固くて不安な方を対象とした優しいYOGA	高校生以上	19:00～20:00
水曜日	4	ボディシェイプ(ダイエットプログラム)	優しいエアロビクスで、有酸素運動	高校生以上	20:15～21:15
	No.	講座名	活動内容	対象者	開催日時
	1	ビューティーピラティス	姿勢改善や美しいボディラインを作ることを目的としたクラス	18歳以上	10:00～11:00
	2	50代からの姿勢改善ヨガ	深い呼吸と共に身体を動かす事で身体も心もスッキリ！	50歳以上	11:15～12:15
木曜日	No.	講座名	活動内容	対象者	開催日時
	1	安眠YOGA	良質な睡眠で自律神経を整えましょう。仕事の効率アップにも。	高校生以上	19:00～20:00
	2	Men's YOGA	強くしなやかな体と、安定したメンタルを作っていきます。	18歳以上	20:15～21:15
	3	はじめてのK-POP	基礎から学び、自分らしくかっこよく踊りませんか？進むスピードもゆっくり丁寧に教えます。	小学生以上	18:30～19:30
金曜日	4	大人のK-POP完コピ	K-POP完コピパッチリ踊りたい方はこのクラス！	高校生以上	19:45～20:45
	No.	講座名	活動内容	対象者	開催日時
	1	ヨガ&ピラティス	姿勢改善などが期待できるピラティスリラックス効果などが期待できるヨガを隔週で行うクラスです。	高校生以上	13:00～14:00
	2	キッズ・リズムトレーニング	初めての子も楽しく体を動かしていけるクラスです。運動や音楽などに必要なリズム感も養われます。	3歳～年長	18:30～19:30
	3	楽しく踊ろう！おとなDISCO.	未経験の方も安心して進められるように、音楽に合わせてゆっくり進めていきます。	18歳以上	19:45～20:45

カタル主催講座(通年)

年間を通じて行われる主催講座一覧です。すでに始まっている講座もありますが、今後追加の募集もあるかもしれません。

これら以外にもこれから始まる講座や単発の講座も予定されています。

詳しくは**地域共生センター**までお問合せください。TEL：096-237-8822

No.	講座名	活動内容	活動場所	開催日時
1	中国医療	ゆっくりした体ほぐしや気功で、体を整えていきます。	地域共生センター	毎月 第1、第3木曜日 13:30～15:30
2	ましき学(四賢婦人)	四賢婦人を育て、支えた矢嶋家の人々について、朗読劇も交えて学ぶ講座です。	地域共生センター	毎月第3土曜日 14:00～16:00
3	健康マージャン	「健康作り、仲間作り、生きがいづくり」を大切に初心者対象で開催しています。	地域共生センター	月3回水曜日 13:00～16:00
4	熊本地震語り部	自分自身の経験と向き合いながら、共に考えて共に考えていく講座です。	地域共生センター	水曜日 18:00～19:30
5	大人の絵本セラピー	絵本セラピストによる、大人向けの絵本セラピーを行います。	地域共生センター	月1回
6	パーラー公民館	多くの人が集い、互いに学び合いながら、楽しい地域を創っていくために取り組んでいくための場所づくりを行います。	地域共生センター	月1回
7	ましき学	町の歴史や成り立ちなどを知る機会として、専門家による講座を開講する。	地域共生センター	月1回

ましき健康づくり応援ポイント事業実践団体一覧



■上記の実践団体へ参加を希望する場合は、新規の募集がない団体も多数ありますので、一度「保健福祉センターはびねす」までご連絡ください。

TEL : 096-234-6123 (受付時間：平日午前8時30分～午後5時15分※土・日・祝／年末年始休館)

地域サロン 12団体 (P2と重複)

団 体 名				活動内容・実施回数	活動場所	
飯野	中尾サロン	木山	寺迫古城会	百歳体操・なるなる体操 健康体操、ウォーキング 健康講話など 月1回	各自治公民館	
	上砥川さくら会		辻の城サロン			
	小秋の会		下灰サロン			
広安	安永4町内サロン		サロン遊望会			
	こがみサロン	福田	川内田朝来サロン			
広安西	広崎1町内ふれあい会	津森	上陳辻ヶ峰サロン			

ましき元気教室 41団体 (P3と重複)

団 体 名				活動内容・実施回数	活動場所	
飯野	飯野で運動しよ会	広安西	小峯すみれ会	※ましきエクササイズ (※ストレッチ、 リズム体操、4秒筋トレ) その他、ボールや タオルを使った運動や 脳トレ等週1～2回 1時間～1時間半程度	各公民館分館 各自治公民館	
	櫛島体操クラブ		古閑老人クラブ			
	櫛島かわせみ		福富サロン			
	飯田にこにこクラブ		こがサンフラワー			
	あさがお会		広崎ねむの木会			
	いつまでも元気もん塾		第2団地くじゃくの会			
	さくら		ときめき会			
	笑話クラブ		きやま元気クラブ			
広安	はびねすで元気になるう会	木山	あじさい会			
	マンデー4Uクラブ		どんぐり会			
	ひまわり		市ノ後団地いきいき体操会			
	馬水エクササイズクラブ		下灰運動しよう会			
	おしゃべり体操		ますます元気教室			
	コスモス	福田	福田なかよしクラブ			
	ミセスフレッシュ		平田元気クラブ			
	美しくかっこよくなろう会		谷川元気体操			
	安永4町内笑顔で集う ふれあい体操	津森	津森で運動しよ会			
	ハッピータイム		サロン・ザ堂園			
	体操会		田原の愉快的な仲間たち			
	よつ葉					
広安西	フレンドリー					
	4U体操クラブ					

ましき健康づくり応援ポイント事業実践団体一覧



■上記の実践団体へ参加を希望する場合は、新規の募集がない団体も多数ありますので、一度「保健福祉センターはびねす」までご連絡ください。

TEL : 096-234-6123 (受付時間：平日午前8時30分～午後5時15分※土・日・祝／年末年始休館)

その他の実践団体 17団体

ラジオ体操

『ラジタイウォーク東無田』
『広崎おはよう体操』
『惣馬ラジオ体操クラブ』
～団地の広場や公園～



健康ダンス

『馬水スマイル会』
『ましきダンサーズ』
～町内の公民館～



ハルディックウォーク 体幹トレーニング等

『益城ノルディック
クラブ3715』
～陸上競技場など～



ビーチバレー

『飯野ビーチボール
バレー愛好会』
～飯野小体育館～



じきょうじゅつ

自強術、健康体操

『公益社団法人 自強術』
～広崎4町内公民館～



太極拳

『ましき太極の会』
～総合体育館～



筋トレ ウォーキング練習

『美ウォーキング教室』
～ひろやす荘、惣領神社
平田教育集会所～



ミニバレー

『マーガレット』
～総合体育館～



筋トレ

『野の花会』
～惣領神社～



フォークダンス

『メリーメイト』
～飯野公民館分館～



フォークダンス 体操

『マーメイド』
～公民館等～



ショートテニス

『益城町ショートテニス
クラブ』
～総合体育館～



美・ウォーキング教室

立位や座位での筋力・バランストレーニングを通じて良い姿勢、美しい歩き方、疲れにくい体を作ります。
どの地区もひろやす荘の吉住先生(生活支援コーディネーター)の指導に合わせた運動です。
ひろやす荘のホームページに運動プログラムの動画があり、Youtubeでも実際の運動を視聴できます。
月に2回 Youtube LIVE中継も行っていますので自宅でも参加可能です。

問合せ:096-286-4192(ひろやす荘)

◆掲載内容、活動状況について◆

活動状況につきましてはそれぞれの問い合わせ先にご確認いただくようお願いします。
「他にもこんな場所や活動があるよ」などの情報がありましたら、
生活支援コーディネーターにお知らせください。

生活支援コーディネーターが

支えあい 繋がいのある地域づくりを 応援します！

私の地区の魅力を
もっとPRしたいな



健康づくりに
取り組みたいけど
どうしたらいいの？

「あんなのがあったらいいな」「こんなのがやってみたいな」
の実現に向けて。。。生活支援コーディネーターがお手伝いします！

色んな世代が気軽に
集える居場所を
作りたいな・・・

第1層生活支援コーディネーター

町全域で、主に町の課題整理、
資源開発に取り組みます

山川直人

所属：ひろやす荘(専任)

☎286-4192



富嶋智香子

所属：社会福祉協議会(兼任)

☎214-5566



第2層生活支援コーディネーター

中学校区域で具体的な活動
(地域活動支援、サービスの
利用者と提供者のマッチング等)
を展開します。

東部
圏域

鶴上勝規

所属：東部包括(兼任)

☎289-0099



西部
圏域

吉住慶太

所属：西部包括(兼任)

☎285-4822



(役場担当) 福祉課 地域福祉係 ☎234-6113