

## 2019年度 島原市いきいき健康ポイント対象事業一覧【教室・講座等】

2019年11月6日現在

月	日	曜	時間	事業名	対象者	実施場所	連絡先
11	2	土	9時～15時	しまばら薬草フェア	全市民	旧島原藩薬園跡	市産業政策課 68-1111
	3	日					
	9	土	①8時～、 ②10時～、 ③13時30分～	文化財ロングウォーキング	全市民	島原城跡ほか	市社会教育課 68-5473
	9	土	9時30分～	島原病院健康フェスタ2019	全市民	島原病院	島原病院 63-1145
	12	火	13時30分～	健康介護教室(救急について)	全市民	島原市医師会館	島原市医師会 62-5153
	18	月	19時30分～	女性学級(コア体操)	婦人会会員	三会公民館	三会公民館 62-4505
	19	火	13時30分～	高齢者学級(健康教育講座)	楽生会会員	森岳公民館	森岳公民館 63-2242
	20	水	10時～	高齢者学級(健康体操)	長寿会会員	霊丘公民館	霊丘公民館 64-2023
	20	水	10時～	高齢者学級(健康体操)	長寿会会員	安中公民館	安中公民館 63-2253
	24	日	10時～15時	健康しまばら福祉まつり	全市民	島原復興アリーナ	市保健センター 64-7713

### 【通年事業・教室事業】

事業名	実施場所	対象者	連絡先	備考
高齢者ふれあいサロン	各地区・自治会公民館	65歳以上	社会福祉協議会 63-3855	市内36の地区および自治会公民館で実施しています
転倒予防教室	各地区・自治会公民館		市保健センター 64-7713	市内18の地区および自治会公民館で実施しています
元気かい	安中公民館:毎月第2金曜日 白山公民館:毎週火曜日 霊丘公民館:毎月第1・3月曜日 森岳公民館:毎月第2・4火曜日 杉谷公民館:毎月第2・4水曜日 三会公民館:毎月第1・3火曜日 有明公民館:毎月第2・4木曜日		島原市地域包括支援センター 65-5110	
一般介護予防教室 イオン教室	イオン島原店:毎週水曜日	65歳以上	島原地域広域市町村圏組合 介護保険課 61-9102	

事業名	実施場所	対象者	連絡先	備考
一般介護予防教室 元気の予備校コグニサイズ 塾	島原市福祉センター：毎週火曜日	65歳以上	島原地域広域市町 村圏組合 介護保険課 61-9102	
一般介護予防教室 健康生活回復講座(健康 ヨガ法)	有明福祉センター：毎週月曜日	65歳以上	島原地域広域市町 村圏組合 介護保険課 61-9102	
一般介護予防教室 貯筋教室	安中公民館：毎週火曜日 白山公民館：毎週水曜日 福祉センター：毎週木曜日、金曜日 杉谷公民館：毎週金曜日 三会公民館：毎週水曜日 有明公民館：毎週木曜日	65歳以上	島原地域広域市町 村圏組合 介護保険課 61-9102	

- 対象となる事業に参加した時は、カードにスタンプを押してもらいましょう。
- 1つの事業につき、ポイントは1回です。
- カードに記載のない事業については、空欄に対象事業一覧の「事業名」を記入して担当者からスタンプを押してもらってください。
- 各事業の詳細につきましては、それぞれの連絡先にお問い合わせください。
- ポイントの対象となる事業は、各種団体等からの届出により随時追加します。一覧表は随時更新し、最新版を市のホームページに掲載します。

島原市保健センター ☎0957-64-7713