

# 65歳以上の皆さん、 生きがい デイサービス に出かけてみませんか？

市は、自立した生活を支援するための通所サービスである「生きがいデイサービス」を行っています。

生きがいデイサービスは、65歳以上を対象に行っている介護予防事業です。



製作作業 (カレンダーづくり)

家にいると昼間は一人ですが、ここに来るとみんなと話をしたり、何かをつくったり、体操をしたりできて、とても楽しく過ごしていますよ。



9年前から利用する  
和田 明子さん  
(森島)

## 一日のスケジュール

- 10:00 健康チェック・体操  
レクリエーション
- 11:00 製作作業
- 12:00 昼食
- 13:00 製作・手遊び・  
レクリエーション
- 14:00 帰宅

## 元氣クラブ



手遊びの時間



レクリエーション (紙風船)

「来たい」と思える空間に元氣クラブは、主に田子浦地区の69歳〜91歳の24人が利用しています。皆さん社交的な人が多く、笑顔が絶えないですね。ここでの時間が、張り合いになっていくようです。笑ったり、人と交流したりすることはとても大切ですね。



指導員  
羽切 美奈子さん  
(五貫島)

市内の生きがいデイサービスにお邪魔しました！



体操の時間

私は体操をやりたくて通い始めました。ここに来てからおかげで、4年前に通い始めたころと変わらず、体はどことも弱っていませんよ。



夫婦で利用している  
石川 文夫さん  
(北松野)

## 一日のスケジュール

- 10:30 健康チェック・体操
- 10:45 脳トレ (漢字や算数などのプリント問題に挑戦)
- 11:00 製作作業
- 12:00 昼食
- 13:00 運動・レクリエーション
- 14:30 帰宅

## おぐるまの里



レクリエーション  
(どんぐりつかみ)



ボールを使った体操

楽しんでもらえる場所に「おぐるまの里」は、主に松野地区の58人が利用しています。平均年齢81歳。皆さんが生き生きといられるように、脳を使う脳トレ、指先を使う製作、体を使う運動を毎回行っています。皆さんに楽しみを提供できたらと思っています。



主任指導員  
宮崎 良廣さん  
(水戸島)

## 生きがいデイサービスとは

### 対象

- 65歳以上で、家に閉じこもりがちなる人
- 介護保険の「要支援」「要介護」の認定を受けていない人

### 内容

介護予防のための運動、創作・趣味活動など（活動内容は会場ごとで異なります。詳しくは、各会場へお問い合わせください）

### 時間

10時～14時（会場ごとで若干異なります）

### 回数

週2回まで（週3回の実施日の中で、利用する曜日を調整します）

### 利用料

無料（ただし、昼食代や材料費、傷害保険などは実費の負担となります）

### 申し込み

介護保険課や各会場にある申請書に記入し、各会場へ提出してください（申し込み前に、必ず会場を見学してください）

### 注意

お住まいの地区以外の会場も利用できますが、利用できる会場は1か所です。



随時、見学や体験を受け付けています。どのような活動をしているのか知りたい人や、どこに行こうか悩んでいる人は、気軽に下記へご連絡ください。

## 生きがいデイサービスは、市内に23か所あります

名称	実施会場（住所）	実施曜日	送迎	電話番号
みちくさくらぶ	すどの杜（増川510-1）	月・水・金	有	☎39-0062
なかざと生きがい倶楽部	なかざと（中里2593-5）	月・火・金	有	☎33-3320
サンサンくらぶ	富士見台8丁目老人憩いの家（三ツ沢366-8）	火・木・金	有	☎23-1234
原田清流クラブ	鑑石園（原田1350-16）	火・木・金	有	☎52-0085
オアシス倶楽部	JA オアシス吉永（比奈159-21）	月・水・金	有	☎38-3838
よもぎ学習院	よもぎ湯（大淵1565-2）	月・水・金	有	☎35-6666
ぼかぼかホーム	ヒューマンライフ富士（大淵3901-1）	月・木・金	有	☎36-0511
木の宮ふれあい倶楽部	旧西木の宮公会堂（今泉3122-1）	月・水・金	無	☎21-7303
健康クラブ	広見荘（伝法59）	火・木・土	無	☎21-5558
あったかクラブ	鷹岡市民プラザ（久沢797-1）	火・木・土	無	☎72-1770
富士の里生きがいクラブ	ケアハウス富士の里（天間1626）	月・水・金	有	☎72-5555
ケアーよろこ日	ケアーよろこ日（厚原69-1）	月・水・金	有	☎72-6652
すこやか倶楽部	ハイネット・ふじ（中央町1丁目2-1）	月・水・金	無	☎53-4165
がいめい快明堂クラブ	快明堂介護センター（中央町1丁目10-12）	火・木・金	有	☎51-0301
いざよい倶楽部	みずほ在宅複合ケアセンター（瓜島町173-1）	月・水・金	無	☎54-5402
かりがね生き生きクラブ	市営住宅上掘団地集会所（松岡2400-11）	火・木・土	有	☎61-2211
もとまち元町生き生きクラブ	ふれあいの家（元町12-27）	月・水・金	有	☎61-2211
たてぼりクラブ	介護サポート富士（松本42-8）	月・水・金	有	☎65-6151
おたっしゃクラブ	加島の郷（水戸島本町7-8）	月・水・金	有	☎65-1165
ひまわり会	ききょうの郷（五貫島175）	火・木・土	有	☎65-2000
元気クラブ	田子浦荘（川成新町421）	火・木・土	無	☎61-0171
うららかクラブ	富士川地域福祉センター（中之郷4100-1）	火・水・木	有	☎81-0294
おぐるまの里	松野の里（南松野2604-1）	火・水・金	有	☎56-1500



問い合わせ

介護保険課

☎(55)2741

FAX(51)0321