

長浜市地域介護予防通所活動支援補助金交付決定団体一覧（令和6年4月1日現在）

エリア	団体名	開催曜日	時間	活動場所	活動場所住所	活動内容
長浜 まちなか	やわたクラブ いきいきふれあいサロン	月曜日(毎週)、水曜日(月2回) (1月と2月は除く)	10時～12時	睦会館 長浜市民交流センター	神前東町 地福寺町	介護予防サロン活動として、主に健康体操、ウォーキング等を開催
長浜 まちなか	北門前町すみれ会	金曜日	13時30分～16時	北門前町会館	宮前町	きょうせ体操を実施。専門指導員を招いて年に16回、転倒予防体操、ストレッチ等の指導を受けている。時々、認知症予防のため漢字問題やパズルなど脳トレを行う。
長浜 まちなか	南楽栄会	不定期	開催日によって異なる	南日吉町自治会館	三ツ矢元町	毎月カラオケやおしゃべりサロンを開催 交流会として花見サロン、ゲームなどを実施
長浜 まちなか	ファミリー体操クラブ	火曜日 (講師の都合により木曜日開催もあり)	13時30分～15時	ファミリー長浜・豊公園前 (マンション)	公園町	介護予防及び健康づくりのための転倒防止体操や、高齢者同士のコミュニケーションを目的としたサロンや食事会等を開催
長浜 まちなか	衆笑くらぶ	火曜日	13時15分～14時15分	曳山博物館	元浜町	体操やおしゃべり等を開催
六荘	平方ふれあいサロン	木曜日	10時～12時	平方町公会堂	平方町	主に体操や食事会、講師を招いての体操・出前講座等を開催し、憩いの場所つくりを合わせて行う。公会堂の清掃活動も年2回行う。
六荘	勝北フレンズ	火曜日	10時～11時30分	勝北会館	勝町	きょうせ体操やラジオ体操、リズム体操、ゲーム、お茶会等を開催 月2回、講師の指導あり。
南郷里	宮司西町元気高齢者づくり 転倒予防教室	火曜日	9時～11時	宮司町自治会館	宮司町	講師を招いて転倒予防体操を行う。
南郷里	作楽会GKサロン	土・日曜日	9時30分～10時30分 13時30分～15時30分	小堀新町自治会館	小堀町	ポッチャクラブ、コミュニケーション麻雀クラブ、カラオケクラブ、モルッククラブ等を、各クラブごとに月替わりに開催
南郷里	コスモスサロン	木曜日 (第5木曜日、年末年始、祭日等は除く)	9時30分～11時	今川会館	今川町	「気軽に、楽しく、無理なく」多くの人で賑わうサロンを目指す。 ・「きょうせ体操」を主に実施 ・「自力整体」は、サロン会員の指導で月1回実施 ・月1回程度、スポーツ活動や文化活動、講師を招いて様々な活動を行う。 ・室内ゲームやクイズ等で、脳トレに努める。 ・サロンスペースで囲碁、将棋等を通して親睦を深める。
神照	サロン弥栄クラブ	火曜日	9時～10時30分	今町会館	今町	①きょうせ体操、ラジオ体操 ②脳トレ運動、健康体操 ③ヨガ教室、中国式健康体操 ④ウォーキング及び軽スポーツ ⑤健康推進講座、介護出前講座 ⑥その他茶話会など
神照	あいあい国友	サロン 第1土曜日 (11月と1月は除く) 体操 第2・3・4木曜日	9時～11時	国友町会議所	国友町	サロンでは、高齢者の集いとフレイル予防 健康体操では、体力維持、転倒予防を実施
神照	新中にこにこサロン	サロン 第2土曜日 健康体操 木曜日	サロン 13時30分～14時30分 健康体操 9時～10時30分	新庄中自治会館	新庄中町	演劇鑑賞等を主体としたサロンや健康体操を開催
神照	ぎおんワイワイサロン	火曜日	13時30分～15時	祇園元町会館	祇園町	転倒を予防するための体操を行う。通常ビデオにより行うが、月1～2回は専門講師の指導を受ける。併せて適時に語らいの場を設け、親睦を深める。
神照	列見町サロン	火曜日	9時30分～11時	列見町会館	列見町	転倒予防体操や社会見学、出前講座等を開催
神照	聖徳会 健康推進サークル	火・金曜日	9時30分～11時	十里町会館	十里町	きょうせ体操1・2のビデオを見て実施した後、情報交換会を実施 隔月に講師の体操指導と健康推進委員の講話を実施
神照	健康太極拳教室	水曜日(月に3～4回)	10時～12時	神照まちづくりセンター	神照町	健康太極拳・気功法八段錦を行い、認知症予防、転倒予防、呼吸力維持・向上に努めている。(椅子に座って活動可)
神照	歌声サークル「湖」	ピンポンサロン 水曜日 歌声サークル 第2・4金曜日	13時30分～15時30分	長浜サンパレス	八幡中山町	ピンポンサロンでは、ラジオ体操(第1・第2)の後、体力づくりに励む。 歌声サークルでは、カラオケ形式で歌謡曲やフォークソング等を楽しみ歌って親睦を図る。
北郷里	春近町いきいき体操クラブ	水曜日	13時～15時	春近会館	春近町	月2回は講師を招き、その他の日はビデオを見ながら、(頭の体操含む)体操を実施
北郷里	保多町いきいきサロン	第1・2・3火曜日など	14時～16時	保多町自治会館	保多町	認知症予防のコミュニケーション麻雀を開催
北郷里	北郷里連合地域づくり協議会	水曜日・第3金曜日	10時～11時30分	長浜東部福祉ステーション 長浜東部高齢者福祉センター	東上坂町	転倒予防教室として、月2回は講師を招き、その他の日はきょうせ体操のビデオを利用し、柔軟体操教室(たんぽぽ会)を開催
浅井	南郷サロン	水曜日	10時～11時30分	南郷会館	南郷町	きょうせ体操、吹矢、健康体操DVDリズム編を実施
浅井	健康サロン	金曜日	9時30分～12時	相撲庭公会堂	相撲庭町	きょうせ体操やDVD(ごぼう先生、リズム体操)を主に開催 他にもクイズや世間の話題等で、皆に共通する話し合いを行う。

エリア	団体名	開催曜日	時間	活動場所	活動場所住所	活動内容
浅井	てんとうむしクラブ	木曜日(祝日は除く)	10時～11時30分	長浜市浅井B & G海洋センター 浅井文化ホール	大依町 内保町	講師の指導のもと、ウォーミングアップ、ストレッチ、リズム体操を行う。
びわ	御館元気倶楽部	金曜日	9時～11時	御館自治会館	曾根町	介護予防及び健康づくりを目的とした転倒予防教室を開催 そのうちの4回程度は講師を招き、コグニサイズ等を実施
びわ	南浜転倒予防教室	火曜日	13時30分～15時	南浜公民館	南浜町	体操・サロソ活動を通して、介護予防の実施をはかると共に、参加者の交流の場とする。
びわ	あすなろ体操クラブ	水曜日	9時30分～11時30分	長浜市社会福祉協議会 びわセンター	難波町	筋力トレーニング、リズム体操等を開催
びわ	座ってできる太極拳教室	月曜日(休日・祝日は除く)	10時～12時	びわ文化学習センター (リユートプラザ)	難波町	太極拳の良さを活かした座位でできる体操。 体操を継続することにより、呼吸力、上半身の柔軟性維持・向上を図る。
びわ	シニアのためのいきいきピンポン	金曜日	10時～12時	びわまちづくりセンター	難波町	「高齢者の元気アップ」を目指して、健康体操、ピンポンを行う。
びわ	川道町いきいき体操	水曜日(休日・祝日は除く)	13時30分～15時	びわ南コミュニティセンター	川道町	転倒予防教室を開催。講師の指導のもと、身体や頭の体操を行う。 来場前又は来場時に、体温と血圧測定を行う。
湖北	こぶしクラブ	水曜日	10時～11時30分	上山田公民館	小谷上山田町	介護予防サポーターの支援にてきんせ体操、介護予防指導士のもとで体操を実施
湖北	げんき馬渡	水曜日	9時～10時又は11時	馬渡地主会館	湖北町馬渡	きんせ体操とリズム体操を基本とする転倒予防教室を開催。地域の仲間と顔を合わせ、おしゃべりをしながらの体操とCDを利用した歌声喫茶で心と体をほぐす。
湖北	リラ・サークル楽寿(速水)	転倒予防体操 月曜日 カラオケ 第1・3水曜日 うたごえ 第1・3金曜日 手芸 第2水曜日 速水歴史 第4火曜日 誤嚥防止予防を含むランチ会 隔月第4土曜日	転倒予防体操 9時30分～11時 カラオケ 13時～15時 うたごえ 9時30分～11時30分 手芸 9時30分～11時30分 速水歴史 13時30分～15時 誤嚥防止予防を含むランチ会 11時30分～14時	速水陣の森会館	湖北町速水	高齢者の社会参加、介護予防と健康づくりを進めるため、サークル活動、出前講座、わくわくいきいきお楽しみ会、自治会貢献活動などを開催
湖北	津里てんとう虫クラブ	水曜日	9時～11時	津里区集会所	湖北町津里	転倒防止と体力維持・向上のため、主にきんせ体操を行い、時々体を動かすゲーム等を楽しく行う。
高月	フレッシュ森本	木曜日	10時～11時15分	森本自治会館	高月町森本	健康維持することを目標とし、体操を実施。また時々頭の体操を行う。
高月	横山いきいきサロン	木曜日(変更の場合あり)	9時30分～10時30分	横山集会所 ほか	高月町横山	筋トレ体操、ロコモヨガ、手遊び、ウォーキングを実施
高月	ニコニコサロン	火曜日 (休日及び8月と1月は除く)	9時30分～11時30分	高月コミュニティセンター	高月町高月	体操やカラオケ、喫茶などを開催
高月	高月いきいきクラブ	木曜日	9時30分～11時	高月コミュニティホール (自治会館)	高月町高月	①ラジオ体操(第1・第2)及びきんせ体操 ほか ②サポートさんの指導によるリズム体操 等 ③月末の木曜日は講師の指導あり
木之本	千田老人クラブ	火曜日(変更の場合あり)	9時～11時	千田自治会館	木之本町千田	体操教室等を定期的に開催
木之本	西山ひまわり体操クラブ	火曜日(1か月に4回まで)	9時～10時	西山自治会集会所	木之本町西山	転倒予防、認知症予防、交流活動として、主に体操、季節の歌、行事を実施 年に数回は講師の指導あり
木之本	伝馬町すこやかクラブ	木曜日	13時30分～15時	きのもと交遊館	木之本町木之本	DVDによる転倒予防体操やきんせ体操を行う。
木之本	ニコニコ体操クラブ	金曜日	13時30分～14時30分	木之本交遊館	木之本町木之本	ビデオによるきんせ体操を行う。
余呉	下余呉ふれあいクラブ	水曜日 (冬季は30分遅れで開催) 活動内容により時間延長あり	9時30分～11時30分 (冬季は30分遅れで開催) 活動内容により時間延長あり	下余呉ふれあい会館	余呉町下余呉	健康体操を中心とし、健康講座、舞踊・音楽鑑賞、カラオケ等も実施
余呉	菅並ふれあいサロン	金曜日	9時～11時	菅並集会所	余呉町菅並	健康体操、映画鑑賞会、カラオケ大会等を開催
余呉	国安サロンいきいきクラブ	金曜日	10時～11時	国安集会所	余呉町国安	体操、ゲーム、ヨガ、筋トレ、フレイルの予防体操、口腔体操などを実施
余呉	てんとうむしクラブ	木曜日(休日・祝日と1月は除く)	9時～11時	東野集会所	余呉町東野	きんせ体操やフレイル予防DVDで転倒予防体操を実施
余呉	今市ふれあいサロン	火曜日	13時～15時	今市集会所	余呉町今市	「今市にここにクラブ」と連携して、健康体操教室、お話し会、出前教室等を開催
西浅井	むつみクラブ	木曜日 (お盆、年末年始、祝日等を除く)	14時～15時	岩熊生活改善センター	西浅井町岩熊	コグニサイズやシナプソロジー等の認知症予防、介護予防を兼ねた健康体操を行う。