

元気のわ(和・輪)が地域にひろがっています！

# 元気になろう会



介護予防リーダーによる介護予防のための集いの場『元気になろう会』が各地域で開催されています。会では御殿場市オリジナル介護予防体操『元気に3776（みななる）体操』をはじめ、介護予防のための体操やレクリエーションを行っています。

住み慣れた地域で元気に過ごしていくために、元気な今から介護予防を始めましょう！

## \*元気になろう会 開催地区（令和7年4月現在）\*

地区	開催地区	日 程	場 所	地区	開催地区	日 程	場 所
御殿場地区	二の岡区 ※二の岡区民のみ参加可	第1水曜日午前 第3水曜日午前	二 の 岡 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設	富士岡地区	竜区	第2金曜日午前 第4金曜日午前	竜 区 公 民 館
	二の岡区2 ※二の岡区民のみ参加可	第2火曜日午後 第4火曜日午後	二 の 岡 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設		萩原区	第3月曜日午前	萩 原 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設
	新橋区	第4木曜日午後	介 護 老 人 保 健 施 設 カ ノ ン		二子区	第3水曜日午前	二 子 公 民 館
	萩原区 ※萩原区民のみ参加可	第3月曜日午後	萩 原 公 民 館		中山上区	第4金曜日午前	中 山 上 公 民 館
	北久原区	第2水曜日午後	北 久 原 区 公 民 館		中山下区	第3金曜日午前	中 山 中 央 公 民 館
	柏ノ木区	第2火曜日午後	柏 ノ 木 区 公 民 館		風穴区	第1火曜日午前	風 穴 区 公 民 館
	永原区	午後 ※日程は前月にお知らせ	永 原 区 公 民 館		中清水区	第2水曜日午前	中 清 水 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設
原里地区	川島田区	第3木曜日午前	川 島 田 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設	富士見原地区	駒門区	第2火曜日午後	駒 門 地 区 兒 童 厚 生 体 育 施 設
	森の腰区	第2火曜日午後	森 の 腰 シ ョッピングセンターエビ・スクエア		大坂区	第3月曜日午前	大 坂 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設
	板妻区	第1月曜日午後	板 妻 区 公 民 館		町屋区	第2月曜日午前 第4月曜日午前	町 屋 中 央 公 民 館
	北烟区	第3火曜日午後	北 烟 区 公 民 館		高内区	第1木曜日午前	高 内 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設
玉穂地区	玉穂地区	第3月曜日午前等	玉 穂 支 所 区 民 ホ ー ル	高根地区	尾尻区	第1木曜日午後 第3木曜日午後	尾 尻 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設
高根地区	塙原区	第2月曜日午前	塙 原 地 区 コ ミ ュ ニ テ ィ 供 用 施 設		神山区	第2水曜日午前 第4水曜日午前	神 山 区 公 民 館
	美乃和区	第3火曜日午前	美 乃 和 区 公 民 館		富士見原区	第2木曜日午前 第4金曜日午前	富 士 見 原 集 会 所

原則、開催地区にお住まいでなくても参加することができます！

お申込み・お問い合わせ 長寿福祉課 電話83-1463