

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（みななろー）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8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	竈区	第2金曜日午前 第4金曜日午前	竈区公民館
	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		萩蕪区	第3月曜日午前	萩蕪地区 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		二子区	第3水曜日午前	二子公民館
	萩原区	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
	栢ノ木区	第2火曜日午後	栢ノ木区公民館		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		駒門区	第2火曜日午後	駒門地区 児童厚生体育施設
	森の腰区	第2火曜日午後	森の腰中央公民館		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
	北畑区	第3火曜日午後	北畑区公民館		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	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	塚原区	第2月曜日午前	塚原地区 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