

くらし元気アップ事業 実施事業所一覧

※利用の際は、介護予防ケアマネジメントが必要です。詳しくは最寄りの地域包括支援センターへお問い合わせください。

事業所の所在地域	事業所名	実施会場	事業所の連絡先	実施曜日・時間	定員	送迎範囲	内容				PR
							運動	脳トレ	茶話会	その他	
川東地区西	ながおかわ医療生活協同組合 新町わいわい倶楽部	〒940-0024 長岡市西新町2-3-22	TEL 39-2882 FAX 30-1175	月曜・金曜 9:30~13:00	15人×2教室	北中、東中、 東北中一部学区	○	○	○	健康講座 口腔発声 創作活動	理学療法士が常駐しており運動、評価を行っています。身体のお困りごとなどご相談ください。モルックやボッチャなどで頭と体を使ったゲームをしたり、季節を感じるられる作品を全員で作ったりと楽しみながら活動しています。健康講座では栄養、口腔、フレイル予防にも取り組んでいます。 *温熱バックをご利用いただけます。*昼食あり。
	社会福祉法人 長岡市社会福祉協議会 はつらつ会	〒940-0093 長岡市水道町3-5-30 旧社会福祉センター内	TEL 39-2247 FAX 31-8830	火曜・金曜 10:30~13:30	20人×2教室	東中、南中、東 北中一部(川崎 地区)学区	○	○		口腔指導	軽体操、脳トレ、季節の創作活動などを行っています。女性が多いですが男性も募集！送迎範囲外の方はご相談ください。昼食あり(口座引落し)
	社会福祉法人 長岡福祉協会 くらし元気アップしなの	〒940-0098 長岡市信濃2-6-18 高齢者センターしなの内	TEL 46-6631 FAX 47-1243	水曜 13:00~15:00	15人×1教室	川西、川東地 区、幅広く対応 中(喜多町、新 町、関東町、美 沢、花園、土 合、末広、坂之 上等)	○	○		作業療法 音楽療法 機能訓練	精神科作業療法士が専任し、認知症をはじめ、うつ病などの幅広い方々を受け入れています。奇想天外・ユーモアを交えたプログラムを提供し利用者の皆様から喜んで頂いています。常におもてなしの心と笑いをモットーに楽しい時間をお過ごしいただいています！
川東地区東	ながおかわ医療生活協同組合 四郎丸わいわい倶楽部	〒940-0043 長岡市土合4-1-14	TEL 39-2882 FAX 30-1175	火曜・木曜 9:30~13:00	17人×2教室	旭岡中・南中、 楯吉中一部学区	○	○	○	健康講座 口腔発声 創作活動	運動、脳トレ、創作活動など様々なプログラムを実施しています。フリータイムでは、お茶を飲みながら会話を楽しんだり、温熱バックやマッサージチェアでくつろぐこともできます。また、運動機器が充実していますので、ご自身のペースで自由に体を動かすこともできます。*昼食あり。
	社会福祉法人 長岡三古老人福祉会 デイサービスセンター川崎東 元気体感教室 オレンジスマイル	〒940-0861 長岡市川崎町563-1 パワーステーション川崎東	TEL 31-8551 FAX 31-8561	月曜・木曜 9:30~12:00	10人×2教室	千手、中島、城 岡、中沢、浦瀬	○	○		ミニ講座 手芸等	「心と身体の元気をサポート」各種運動メニューを取り揃え、参加者がその効果を楽しみながら体感できるサービス提供を目指しています。また、楽しくリフレッシュに繋がるようなサプライズイベントも企画し実践しています！
	社会福祉法人 長岡福祉協会 くらし元気アップけさじろ	〒940-0033 長岡市今朝白2-8-18 高齢者センターけさじろ内	TEL 46-6631 FAX 47-1243	月曜・土曜 10:30~14:00	15人×2教室	川東エリア 幅広く対応中	○	○		作業療法 音楽療法 創作活動 口腔講座	精神科作業療法士が専任し、認知症をはじめ、うつ病などの幅広い方々を受け入れています。奇想天外・ユーモアを交えたプログラムを提供し利用者の皆様から喜んでいただいています。また週替わりで、身体・口腔機能等のフレイル予防も行っていきます。常におもてなしの心と笑いをモットーに楽しい時間をお過ごしいただいています！
川東地区北	社会福祉法人 長岡東山福祉会 長岡市デイサービスセンターふそき ふそき元気塾	〒940-0876 長岡市新保町1399-3	TEL 25-3352 FAX 25-3360	月曜日 13:00~15:00 火曜・金曜 10:00~14:30	月曜日 15人×1教室 火曜・金曜 20人×2教室	月曜：富貴亀地 区 火曜：山 本、楯吉、川 崎、富貴亀地区 金曜：黒桑、新 組、新町、川 崎、富貴亀地区	○	○	○	口腔機能 外部講習	脳トレ、創作活動、栄養口腔指導、レインボー健康体操等に参加して元気に楽しく過ごせるお手伝いをします。自分のペースで参加できます。(おやつ代は月初めの利用日に集金、希望者のみ昼食あり代金は当日集金)月曜日については、運動機能向上を中心とした短時間プログラムを実施します。
	社会福祉法人 長岡三古老人福祉会 長岡市デイサービスセンター中之島 くらし元気アップ新組教室	〒940-0898 長岡市新組南町47	TEL 61-2828 FAX 66-1820	火曜 9:30~11:30	14人×1教室	堤岡中学区 中之島中学区一 部	○	○	○	ミニ講座	有酸素運動、体幹運動、ストレッチ等、各種運動メニューを行う教室です。状態に合わせたプログラムを計画し、楽しくトレーニングを行います。他にも脳トレや参加者同士の交流が図れる時間も作っています。



越路	社会福祉法人 小越会 デイサービスセンターこしじの里	〒 949-5416 長岡市不動沢2219-5	TEL 41-0802 FAX 41-0800	金曜 10:00~12:00	10人×1教室	越路地域	○	○	○		軽い運動や四季に応じた創作活動などを行っています。 (昼食なし)
小国	社会福祉法人 小越会 デイサービスセンターおごしの里	〒 949-5215 長岡市小国町新町304-1 おぐにコミュニティセンター内	TEL 95-3110 FAX 95-3118	木曜 10:00~12:00	10人×1教室	小国地域	○	○		口腔指導	軽い運動を中心とした活動等を行い、生活活動を維持できるようにサービスを提供します。(必要に応じ材料費等の実費を徴収、昼食なし)
和島	社会福祉法人 長岡市社会福祉協議会 和島支所 和島 ゆきわりクラブ	〒 949-4511 長岡市小島谷3434番地4 長岡市わかまコミュニティセンター内	TEL 84-7135 FAX 72-4712	火曜 10:30~14:00	15人×1教室	和島地域	○	○		口腔指導	軽い運動、脳トレ、創作活動、栄養・お口の健康指導などを実施しています。無理せず楽しみながら健康づくり・仲間づくりができます。(昼食あり 昼食代は利用料と合算して口座引落し)
寺泊	社会福祉法人 長岡三古老人福祉会 介護老人保健施設てらどまり	〒 959-0152 長岡市寺泊下桐850-1	TEL 0256-97-3200 FAX 0256-97-3277	水曜 9:30~11:30	14人×1教室	寺泊地域 和島地域	○	○		手芸、書道など	認知症予防や口腔機能、体力アップの各体操を楽しく行います。創作活動、裁縫、俳句、書道など興味のある活動を選択して行うことができます。
	社会福祉法人 長岡市社会福祉協議会 寺泊支所 寺泊ほほえみの会 夕映荘	〒 940-2502 長岡市寺泊金山170-3 長岡市老人憩いの家 夕映荘内	TEL 75-2368 FAX 75-2945	火曜 10:00~14:00	15人×1教室	寺泊地域	○	○	○	口腔指導	通い、会い、話し、笑い、年齢に合わせた軽い運動で楽しみながら健康づくりができます。(昼食あり昼食代は利用料と合算して口座引落)
	社会福祉法人 長岡市社会福祉協議会 寺泊支所 寺泊ほほえみの会 ふれあい広場	〒 959-0141 長岡市数ヶ巻棟551 寺泊コミュニティセンター内	TEL 75-2368 FAX 75-2945	水曜 10:00~14:00	15人×1教室	寺泊地域	○	○	○	口腔指導	通い、会い、話し、笑い、年齢に合わせた軽い運動で楽しみながら健康づくりができます。(昼食あり昼食代は利用料と合算して口座引落)
栃尾	えちご中越農業協同組合 ティホームまんさくの里	〒 940-0252 長岡市西野原897-1	TEL 58-3615	木曜 10:00~15:00	15人×1教室	栃尾西谷地域	○	○	○	口腔指導	軽い運動、創作活動、お口の健康指導などを実施しています。お茶を飲みながら楽しくおしゃべりしましょう。(昼食あり、料金はまとめて翌月引落し。)
	えちご中越農業協同組合 ティホームつくし	〒 940-0152 長岡市来伝字地反1917-4	TEL 58-3151	水曜 10:00~15:00	15人×1教室	栃尾東谷地域	○	○	○	口腔指導	軽い運動、創作活動、お口の健康指導などを実施しています。お茶を飲みながら楽しくおしゃべりしましょう。(昼食あり、料金はまとめて翌月引落し。)
	社会福祉法人 みどり社会福祉協会 お茶の間ティ みどりのへや	〒 940-0131 長岡市吉水2047	TEL 52-3336 FAX 52-3249	火曜・水曜 8:50~12:00	12人×2教室	栃尾地域	○	○	○	合唱	お茶を飲みながら体調確認～健康チェック～体力チェック、その日のメニューによる運動を実施。歌や手遊びで笑いの絶えない教室です。(昼食なし)
	社会福祉法人 長岡市社会福祉協議会 栃尾支所 らくらく	〒 940-0116 長岡市上樫出3034 老人福祉センター皆楽荘内	TEL 52-3298 FAX 52-1601	水曜・金曜 10:30~14:00	15人×2教室	栃尾地域	○	○	○	口腔指導	スタッフや専門の講師による運動・口腔・認知症予防プログラムを、仲間と一緒に無理なく楽しみながら行います。(昼食あり、口座引き落とし)
市外	社会福祉法人 桜井の里福祉会 生きがい広場地蔵堂・デイサービス	〒 959-0120 新潟県燕市分水栄町1-3	TEL 97-7117 FAX 97-7119	月曜～金曜 9:30~15:00	10人×1教室	中之島地域	○	○	○	創作活動	リズム体操・脳トレ・茶話会を実施。季節に応じた作品づくりを実施。また、希望者には運動機器を使用したマシントレーニングやマッサージ機器の提供。