

地域がいきいき

集まろう！通いの場

通いの場とは、地域の住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を考え、ふれあいをとおして「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所です。地域の介護予防の拠点となる場所でもあります。

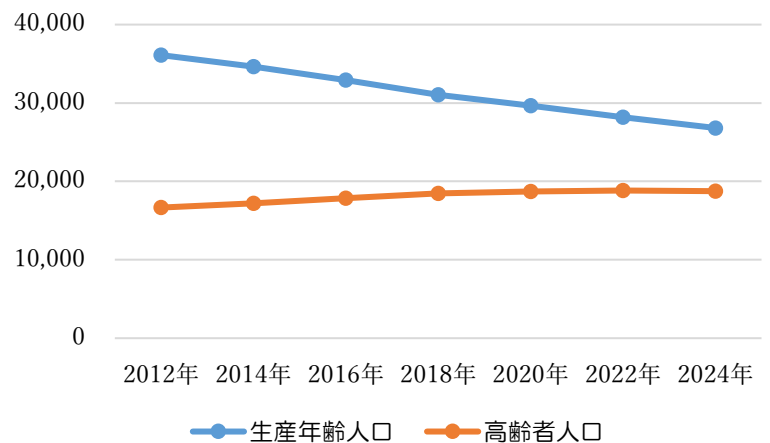


どうして
「通いの場」が必要なの？

高齢者が増える一方で支え手となる働く世代・子どもは減少しており、これまでのように高齢者を支えることが難しくなっていきます。

⇒元気なうちから介護予防に
取組み、お互いに支え合える
仲間をつくろう！

生産年齢人口と高齢者人口の推移
(五所川原市)



「通いの場」ではどんなことをしているの？

レクリエーション

体を動かす

生活に体を動かすことを加えて健康寿命を延ばそう！



夢中になって楽しむことで、いつもとは違う刺激を受けて心と体を一層元気にしてくれます！



講座

生活に役立つお話を専門職の先生にお話してもらおうのもおすすめです！



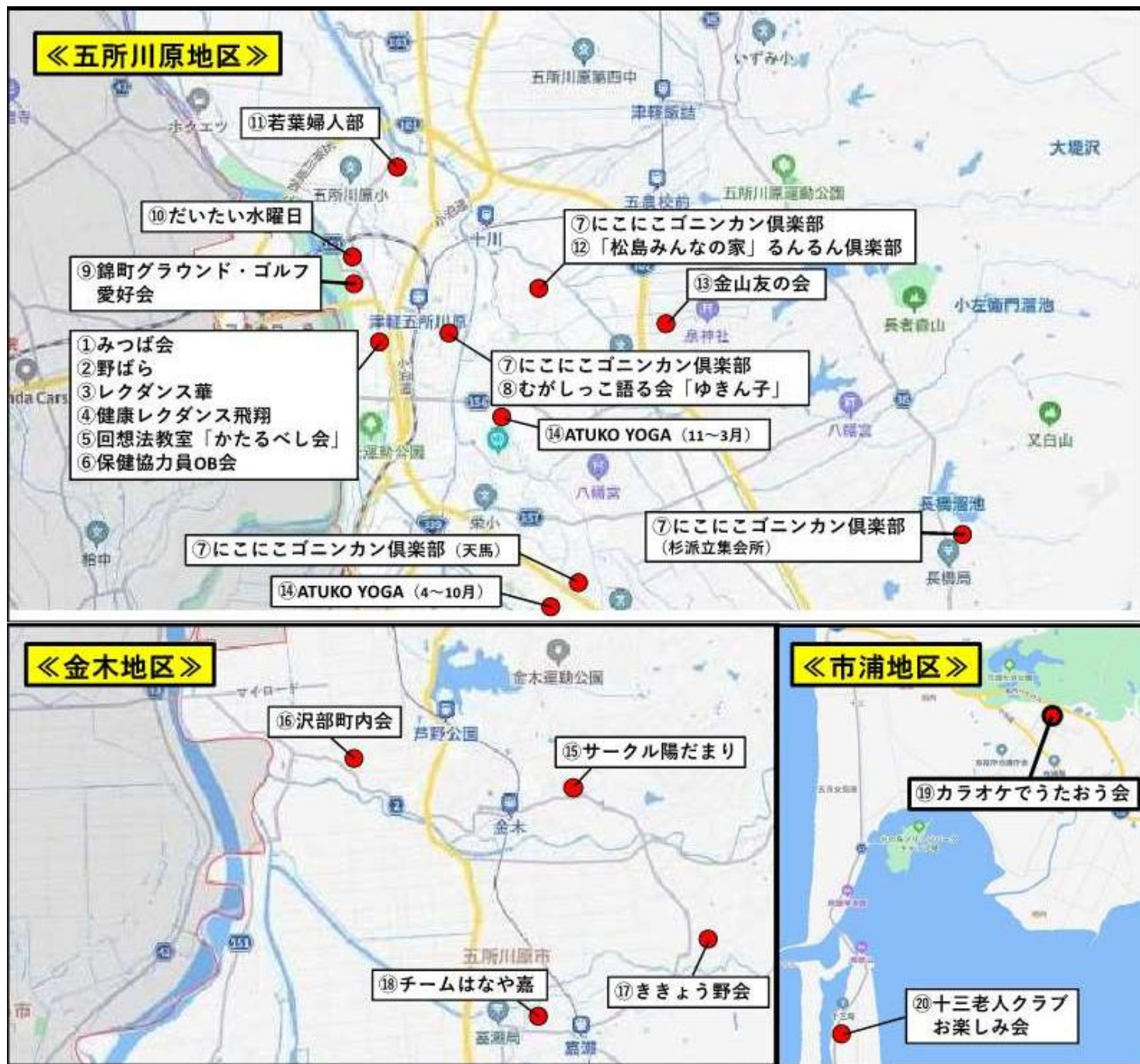
創作活動

手先を動かすことが頭の運動にもつながります。形に残ることも嬉しいですね！



● ● ● 通いの場紹介 ● ● ●

五所川原市介護予防・通いの場事業補助金を活用して活動している団体を紹介します。



団体名	活動場所	団体名	活動場所
① みつば会	働く婦人の家	⑪ 若葉婦人部	新宮団地集会所
② 野ばら	働く婦人の家	⑫ 「松島みんなの家」 るるん倶楽部	松島みんなの家
③ レクダンス華	働く婦人の家	⑬ 金山友の会	コミュニティセンター松島
④ 健康レクダンス飛翔	働く婦人の家	⑭ ATUKO YOGA	4月～10月 専念寺 11月～3月 サンビレッジ
⑤ 回想法教室「かたるべし会」	保健センター五所川原	⑮ サークル陽だまり	金木東部地区コミュニティセンター
⑥ 保健協力員OB会	保健センター五所川原	⑯ 沢部町内会	沢部集会所 (沢部福祉館)
⑦ にここゴニンカン倶楽部	中央公民館、杉派立集会所、 天馬、松島みんなの家	⑰ ききょう野会	喜良市コミュニティセンター
⑧ むがしっこ語る会「ゆきん子」	中央公民館	⑱ チームはなや嘉	嘉瀬コミュニティセンター
⑨ 錦町グラウンド・ゴルフ愛好会	錦町集会所	⑲ カラオケでうたおう会	市浦コミュニティセンター
⑩ だいたい水曜日 (つどいの場)	法永寺	⑳ 十三老人クラブお楽しみ会	十三コミュニティセンター

✳️詳細は下記へお問い合わせください。ご参加をお待ちしております！

五所川原市 福祉部 地域包括支援課 ☎ 0173-35-2111 (内線 2463)

令和7年2月作成