



# 令和8年度通いの場のご案内

## 健康長寿は運動と交流から



地域包括支援センター西蒲田（以後包括西蒲田）ではみなさんの健康づくりの一環として、様々な通いの場を運営しております。また、地域で健康づくりを目的とした通いの場を自主的に運営されている団体とも繋がりを持っており、団体運営の支援などを行っています。

今回は、包括西蒲田の自主事業やエリア内にある地域の通いの場一覧を掲載させて頂きました。ご興味のある事業がありましたらお申込み、問い合わせをお待ちしています！！

事業名	対象者	事業内容・実施日時	実施回数	参加費	申込先
オレンジの木 (牧田総合病院主催)	定めはなし	日時：偶数月の第4土曜日 14:00~15:00 会場：牧田総合病院くすのきホール 内容：認知症(MCI)予防教室(座学・体操)	2ヵ月に1回	無料	事前申し込みは不要 (直接会場へお越し下さい) ※MCI：軽度認知障害
蓮沼福寿会 健康体操 (シニアクラブ)	60歳以上	日程：第1~第4週の月曜日のいずれか 時間：13:30~14:30 会場：ふれあいはずぬま 内容：体操(他会場から生中継映像で体操)	月1回	無料 (初回のみ)	地域包括支援センター 西蒲田
はすぬま茶話会	60歳以上	日程：毎月第3水曜日実施 時間：13:00~15:00 会場：ふれあいはずぬま第5集会室 内容：体操・脳トレ・手芸	月1回	原則無料	地域包括支援センター 西蒲田
親和会館 体操教室	60歳以上	日程：毎月第2水曜日 時間：10:30~11:30 会場：親和会館2階 内容：体操・脳トレ・健康講座	月1回	無料	地域包括支援センター 西蒲田
カムカム体操 蒲田西特別出張所	60歳以上	日程：第1~第4週の月曜日のいずれか 時間：13:30~14:30 会場：蒲田西特別出張所7階 内容：体操(他会場から生中継映像で体操)	月1回	無料	地域包括支援センター 西蒲田
グランダ池上南 健康教室	60歳以上	日程：毎月第3火曜日実施 時間：14:45~15:30 会場：グランダ池上南1階食堂 内容：体操および健康講座	月1回	無料	地域包括支援センター 西蒲田
オレンジカフェ	定めはなし	日程：毎月第4水曜日 時間：13:30~15:00 会場：ローソンホーム薬局西蒲田店 内容：介護や認知症に関心のある方・当事者の方	月1回	無料	事前申し込みは不要 (直接会場へお越し下さい)
男性限定 健康体操	男性	日程：5月21日・6月25日・7月23日ほか 時間：13:30~14:30 会場：蒲田西特別出張所7階 内容：体操及び健康講座(講座は年3回)	月1回	無料	地域包括支援センター 西蒲田

※掲載した地域の活動団体については、広報紙への掲載許可を得ている団体のみ掲載しています。

### 編集後記：

私たち地域包括支援センター西蒲田は令和8年度も、かわらないメンバーでお仕事をさせていただくことになりました。また本誌も18号、よく続けてこれたなあ・・・と思います。

### 大田区地域包括支援センター西蒲田



大田区西蒲田七丁目49番2  
電話 03-5480-2502  
Fax 03-5480-2503  
<http://www.ikegami.or.jp>  
池上長寿園ホームページ

Vol.18

2026年 春号



(発行)  
大田区地域包括支援センター  
西蒲田

大田区地域包括支援センター西蒲田

# かわらばん

## 大田区見守りキーホルダー

### 登録・更新会を実施しました



見守りキーホルダーの登録・更新会の実施会場である本多病院

東矢口一丁目にある「医療法人静恒会本多病院」にて高齢者見守りキーホルダーの登録・更新会を院内の待合スペースをお借りして実施させていただきました。

登録・更新会にあたっては会場に近接する地域包括支援センター新蒲田のスタッフも参加していただき、新規で7名の方にご登録頂きました。

今後も医療機関・地域団体のご協力を得て登録・更新会を開催して参ります。

### 令和7年度 見守りキーホルダーの出張登録・更新会 ご協力ありがとうございました。

令和7年度実施した地域への出張キーホルダー登録会の実績をご報告いたします。様々な地域の団体にご協力いただきありがとうございました。

出張でのキーホルダーの登録・更新会をご希望の地域団体のみなさまは是非地域包括支援センターへご相談ください。

実施回数：8回 新規登録：28件 更新：29件

開催場所内訳

シニアクラブ	町内会	イベント	病院
2	1	4	1

