

# 健康ケア教室

総合福祉会館「健康・ケア教室」		東部
常盤町 5 1 総合福祉会館内		
連絡先	22-8218	
活動内容	健康相談・運動・その他	
開催頻度	毎週木曜日 13:30～15:00	
備考		

ケアパーク和月「健康・ケア教室」		東部
太夫 1 2 3 - 2 ケアパーク和月内		
連絡先	27-6610	
活動内容	運動（シニアヨガ・シニアエアロ）	
開催頻度	毎週木曜日 10:00～11:00	
備考		

[さんあい薬局株式会社]桑名薬局		東部
寺町商店街（寿町三丁目 2 5）		
連絡先	84-6652	
活動内容	健康相談・栄養相談・お薬相談・その他	
開催頻度	毎月3と8のつく日（土日祝日は除く） 9:00～11:30	
備考 実施場所は寺町商店街		

桑名病院		東部
寺町商店街（京橋町 3 0）		
連絡先	22-0460	
活動内容	健康相談・栄養・その他	
開催頻度	毎月3と8のつく日（土日祝日は除く） 9:00～11:30	
備考 実施場所は寺町商店街		

デイサービスいがまち「なかよし会」		東部
伊賀町 5 5 - 1		
連絡先	24-8090	
活動内容	健康相談・運動・その他	
開催頻度	毎週水曜日（第5水曜日を除く） 10:00～13:00頃	
備考		

坂井橋クリニック「健康ケアサロン」		西部
星川 1 0 1 1 - 1 坂井橋クリニック内		
連絡先	31-4553	
活動内容	健康相談・運動・口腔機能向上・栄養改善・ 認知症予防・その他	
開催頻度	第2・第4木曜日 14:00～15:00	
備考		

桑名福祉センター「健康・ケア教室」		西部
額田 4 5 5 - 3 桑名福祉センター内		
連絡先	32-1889	
活動内容	健康相談・運動・音楽療法・茶話会	
開催頻度	健康相談（第1土曜日・第3金曜日 13:00～15:00） 運動（第2水曜日・第3土曜日・第4金曜日 10:00～11:00） 音楽療法（第1水曜日 13:00～14:00） 茶話会（第1金曜日 10:00～12:00）	
備考		

フラワー薬局すずらん店		西部
星川 1 0 1 1 - 5 フLOWER薬局スズラン店内		
連絡先	32-3232	
活動内容	健康相談・お薬相談	
開催頻度	2か月に1回土曜日 14:00～15:30	
備考		

やすらぎデイサービスセンター「いきいきサロン」 <span style="float: right;">西部</span>	
城山台51 やすらぎデイサービスセンター内	
連絡先	24-0038
活動内容	運動・その他
開催頻度	第1・第3火曜日 月2回 時間等詳細は、お問合せください
備考	送迎あり

老人デイサービスセンター いこい「かざみどり」 <span style="float: right;">西部</span>	
西金井170 老人デイサービスセンターいこい内	
連絡先	24-2666
活動内容	健康相談・運動・口腔・栄養・認知・ その他（音楽療法等）
開催頻度	毎週木曜日 11:00～12:00
備考	

デイサービスセンター長寿苑「長寿苑カフェ」 <span style="float: right;">北西部</span>	
額田1256-2 長寿苑内	
連絡先	31-7200
活動内容	健康体操・小物制作・介護相談・その他
開催頻度	第2日曜日 9:00～11:30
備考	送迎あり

リハビリデイサービスnagomi桑名店「健康・ケア教室」 <span style="float: right;">南部</span>	
江場599-1 リハビリデイサービスnagomi桑名店内	
連絡先	84-7927
活動内容	運動・認知症予防・その他
開催頻度	毎週火曜日 14:00～16:00
備考	

ヨナハ総合病院「よなは健康倶楽部」 <span style="float: right;">南部</span>	
和泉イノ割219 ヨナハ産婦人科小児科病院内	
連絡先	23-2415
活動内容	運動・認知症予防・その他栄養・認知・生活習慣病・ その他
開催頻度	第2木曜日 14:00～15:30
備考	

小規模多機能型居宅介護みらい <span style="float: right;">北部東</span>	
長島町福吉268-1 小規模多機能型居宅介護みらい内	
連絡先	73-2111
活動内容	健康相談・運動・その他（太極拳）
開催頻度	月・木・金曜日 10:00～11:00
備考	送迎あり

介護予防ジム クオ「クオ健康クラブ」 <span style="float: right;">南部</span>	
大福214 介護予防ジム クオ内	
連絡先	41-3313
活動内容	運動
開催頻度	毎週水・金曜日 13:30～15:00
備考	

長島福祉健康センター「健康・ケア教室」 <span style="float: right;">北部東</span>	
長島町松ヶ島53番地2	
連絡先	42-2110
活動内容	健康相談・運動・栄養・認知・その他
開催頻度	第1・第2・第3金曜日、第4水曜日 10:00～12:00
備考	

通所リハビリテーションみらい 「みらいケア」 北部東	
長島町福吉268-1 通所リハビリテーションみらい内	
連絡先	73-2110
活動内容	健康相談・運動
開催頻度	月・金曜日 11:30~13:00 火・木曜日 15:00~16:30
備考	送迎あり

桑名北部老人福祉センター「健康・ケア教室」 北部東	
下深谷部4960-10 桑名北部老人福祉センター内	
連絡先	29-1438
活動内容	健康相談・運動
開催頻度	毎週月曜日 9:30~10:30
備考	

介護老人福祉施設あおい・グループホームひなた 北部東	
長島町横満568-2 介護老人福祉施設あおい・グループホームひなた内	
連絡先	45-8686
活動内容	健康相談・運動・口腔機能向上・栄養改善・ 認知症予防・その他
開催頻度	毎週火曜日 9:00~11:00
備考	

多度すこやかセンター「健康・ケア教室」 北部西	
多度町多度1丁目1番地1	
連絡先	49-2029
活動内容	笑いヨガ(第1・第3火曜日)・ 練功(第2・第4火曜日)・麻雀・その他
開催頻度	第1・第3火曜日 10:00~11:30 第2・第4火曜日 10:00~11:30 第5火曜日 10:00~11:30
備考	

ふるさとの里「集い場サロン」 北部東	
北別所字蔵金坊1607 ふるさとの里内	
連絡先	84-7011
活動内容	健康体操・認知症予防・手芸活動・茶話会・ 健康 介護相談
開催頻度	毎週火曜日または水曜日 13:30~15:00
備考	

伊賀町診療所「ガーデン大山田」 北部西	
大山田3丁目7-7	
連絡先	23-0313
活動内容	健康相談・運動・栄養・認知・その他
開催頻度	毎週金曜日 10:00~11:30
備考	

リハビリデイサービスよなはsecond「健康・ケア教室」 北部西	
星見ヶ丘7-121 リハビリデイサービスよなはsecond内	
連絡先	87-6669
活動内容	健康相談・運動・認知(マシントレーニング・体操)
開催頻度	毎週水曜日(第5水曜日を除く) 13:30~14:30
備考	送迎あり

マミーハウス介護センター「健康ふれあいサロン」 北部西	
多度町中須59 マミーハウス介護センター	
連絡先	0120-189-123
活動内容	運動・認知症予防
開催頻度	第3月曜日 13:30~15:00
備考	送迎あり

ナーシングホームもも桑名「ももふれあい保健室」 <span style="float: right;">北部西</span>	
筒尾 1 - 1 3 - 1 ナーシングホームもも桑名内	
連絡先	33-0302
活動内容	健康相談・認知症予防
開催頻度	毎週木曜日 13:30~15:00
備考	

伊藤整骨院 <span style="float: right;">北部西</span>	
多度町香取 4 4 伊藤整骨院内	
連絡先	48-2003
活動内容	運動・その他
開催頻度	第3木曜日 13:30~14:30
備考	

福寿草 <span style="float: right;">北部西</span>	
陽だまりの丘二丁目 2 3 0 4 福寿草内	
連絡先	88-5822
活動内容	健康相談・運動・認知
開催頻度	第1・第3火曜日、第4土曜日 13:30~14:30 第2水曜日 11:00~13:00
備考 送迎あり	

デイサービスぬくもりラボ <span style="float: right;">北部西</span>	
野田 5 丁目 8 - 1 デイサービスぬくもりラボ内	
連絡先	88-5011
活動内容	健康相談・運動
開催頻度	第3土曜日 10:00~12:00頃
備考 送迎あり	