

三股町にある 介護・福祉 サービス ガイドブック



介護サービスとは

介護や日常支援のサービスのことで、
誰もが住み慣れた家で自立した生活を続けていけるよう支援する
町の社会資源です。



この冊子を見て気になるサービスがあったら

まずは三股町地域包括支援センターにご相談ください。

☎ 0986-52-9063

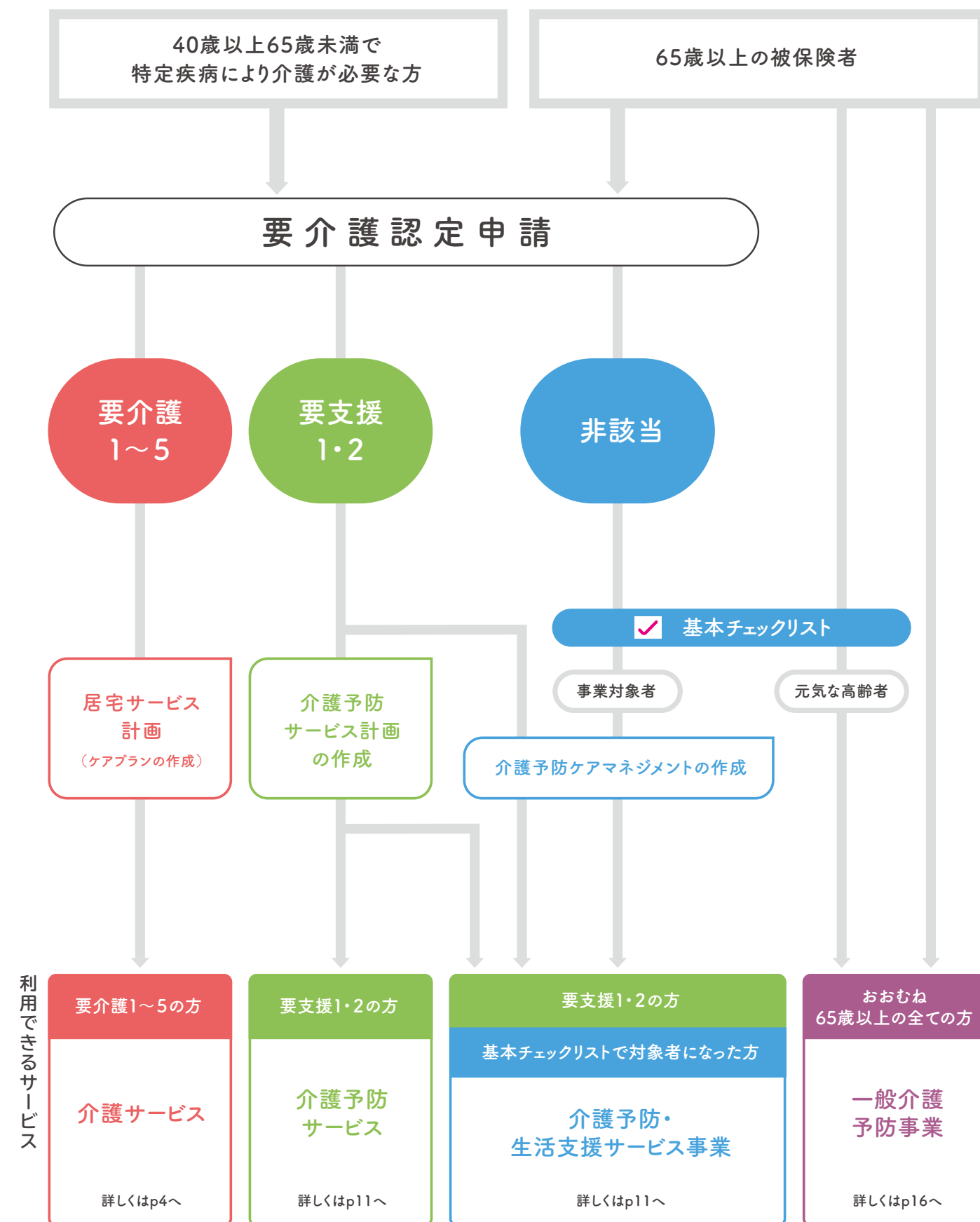
現在困っていることや希望するサービスなどお伝えください。

介護に関するご相談、ご質問なども受付けています。

ご家族やご近所で気になる方がいた場合もお気軽にご相談ください。

(相談は無料です)

ご本人の状態に応じて
利用できるサービスが変わってきます



要介護1～5の方

介護サービス

要支援1・2の方

介護予防サービス

介護サービス・ 介護予防サービスの 利用

居宅でサービスを利用されたい方は、依頼する居宅介護支援事業者を決め、
ケアプラン作成依頼届出書を提出しましょう。

居宅介護支援事業所

対象者

要介護

要支援

※指定

ケアプラン（居宅サービス計画）の作成を行うケアマネジャー（介護支援専門員）が在籍。
ケアマネジャーは、居宅サービス事業者との連絡調整やサービスの確保などを行います。

施設名	所在地	電話番号	事業者
社会福祉法人 三股町社会福祉協議会	樺山 3384 番地 2	52-1283	社会福祉法人 三股町社会福祉協議会
星空の都 居宅介護支援センターみまた	長田 1266 番地 1	52-8028	社会福祉法人常緑会
医療法人社団牧会 ふれあい指定居宅介護支援事業所	蓼池 660 番地	51-1333	医療法人社団牧会
ミューズの朝三股 居宅介護支援センター	樺山 4568 番地 1	36-5270	社会福祉法人報謝会
うぇりんぐ居宅支援事業所	樺山 1321 番地 2	52-1523	特定非営利活動法人 うぇりんぐケアセンター宮崎
ケアサポート明輝	蓼池 3536 番地 3	77-4863	合同会社AKIRA
居宅介護支援事業所 たでいけ至福の園	蓼池 3637 番地 1	58-7667	株式会社ハラケアシステム
居宅介護支援事業所 花	樺山 1899 番地 2	77-0934	合同会社 NewStyle
ソーシャルプランニング ^{のどか} 和花	樺山 1924 番地 53	66-5766	合同会社 Next イノベーションケア
みんなの居宅 みまた	樺山 3139 番地 4	80-8070	社会福祉法人豊の里
江夏整形外科ケアプランセンター	宮村 2846 番地	36-7661	医療法人社団睦由会

ケアプランの作成 / サービス事業者との契約後、在宅サービスを利用できます

施設に入所されたい方は p9 へ

在宅サービス

訪問介護

対象者

要介護

要支援

ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排泄、食事等の身体介護や調理、洗濯などの生活援助を行います。

施設名	所在地	電話番号	事業者
社会福祉法人三股町社会福祉協議会	樺山 3384 番地 2	52-1270	社会福祉法人 三股町社会福祉協議会
医療法人社団牧会 ふれあい指定訪問介護事業所	蓼池 660 番地	51-0006	医療法人社団牧会
星空の都訪問介護センターみまた	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会
介護のすけさん	樺山 3472 番地 5	57-7127	合同会社タカラ
うぇりんぐホームヘルプステーション	樺山 1321 番地 2	36-6788	特定非営利活動法人 うぇりんぐケアセンター宮崎
企業組合居宅介護サービス太陽	樺山 5097 番地 2	51-2841	企業組合 居宅介護サービス太陽
ミューズの朝三股 訪問ヘルパーステーション	樺山 4568 番地 1	36-5270	社会福祉法人報謝会
ヘルパーステーションはらっぱ	樺山 3472 番地 11	36-6426	一般社団法人テラス

訪問看護

対象者

要介護

要支援

看護師が居宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助をします。

施設名	所在地	電話番号	事業者
三股町訪問看護ステーションなごみ	樺山 3384 番地 2	52-7133	社会福祉法人 三股町社会福祉協議会
訪問看護ステーションおひさま	宮村 2860 番地 1	36-5558	株式会社マルエイ自動車
訪問看護ステーション IRODORI	樺山 3473	51-5290	株式会社 Social Care Factory
訪問看護・リハビリステーション 手と手	蓼池 3637 番地 1	58-7600	株式会社 ハラケアシステム
訪問看護ステーション Vision	蓼池1409番地1 ブランエノワールI 202号	070-9062- 2689	医療法人こみぞ眼科

訪問入浴介護

対象者

要介護

要支援

介護士と看護師が居宅を訪問し、浴槽を提供して入浴介護をします。

施設名	所在地	電話番号	事業者
三股町社会福祉協議会 訪問入浴介護サービス	樺山 3384 番地 2	52-1246	社会福祉法人 三股町社会福祉協議会

通所介護（デイサービス）

対象者

要介護

要支援

通所介護施設で食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。

施設名	所在地	電話番号	事業者
デイサービスセンターとしみ	樺山 4836 番地 26	53-3325	株式会社ハートケア
星空の都デイサービスセンターみまた	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会
ミューズの朝三股デイサービスセンター	樺山 4568 番地 1	36-5270	社会福祉法人報謝会
デイサービス餅原	餅原 1238 番地	36-5837	ケアサポートエム合同会社
デイサービスセンター三股ひまわり	樺山 4717 番地 1	36-5111	株式会社ステップアップ
エスプリ都城デイサービスセンター	宮村 2751 番地 25	53-3636	株式会社エスプリ
デイサービスセンターたでいけ至福の園	蓼池 3637 番地 1	58-7608	株式会社ハラケアシステム
デイサポート明輝	蓼池 3536 番地 3	77-4863	合同会社AKIRA
野の花	樺山 4407 番地 1	36-4368	株式会社 marble
うぇりんぐデイサービスココ	樺山 1153 番地 4	36-6789	特定非営利活動法人 うぇりんぐケアセンター宮崎
デイサービスぽっぽフォーラム	宮村 2774 番地 29	58-8708	れんげメディカルグループ
コンパスウォーク三股	樺山 4268 番地 6	51-7012	株式会社 ブルーフェニックス
江夏整形外科デイサービスセンター Prop	宮村 2846 番地 1	36-7840	医療法人社団睦由会

地域密着型通所介護

対象者

要介護

定員が 18 人以下の小規模な通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。

施設名	所在地	電話番号	事業者
デイサービスはッピー	新馬場 39 番地 8	52-1205	株式会社洩脇組
デイサービス茶茶	樺山 4370 番地 15	57-0170	合同会社 NEXT

認知症対応型通所介護

対象者

要介護

要支援

認知症の方を対象に、通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のための支援を日帰りで行います。

施設名	所在地	電話番号	事業者
デイサービス正寿の光	蓼池 4607 番地 1	51-1986	株式会社 西日本福祉サービス研究所

通所リハビリテーション

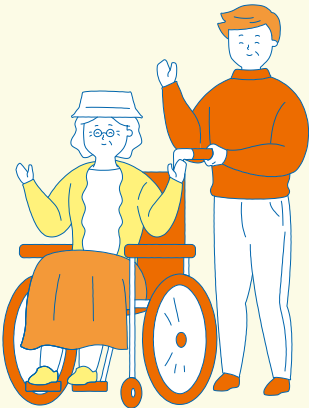
対象者

要介護

要支援

介護老人保健施設や医療機関等で、食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを、日帰りで行います。

施設名	所在地	電話番号	事業者
大悟病院 通所リハビリテーションセンター	長田 1270 番地	52-5800	一般社団法人 藤元メディカルシステム
江夏整形外科クリニック 通所リハビリテーションセンター	宮村 2841 番地 4	51-6111	医療法人社団睦由会
介護老人保健施設はまゆう	蓼池 660 番地	51-0001	医療法人社団牧会



短期入所生活介護

対象者

要介護

要支援

福祉施設等に短期入所して、
介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

施設名	所在地	電話番号	事業者
星空の都みまた	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会

短期入所療養介護

対象者

要介護

要支援

介護老人保健施設や医療施設に短期入所して、
介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

施設名	所在地	電話番号	事業者
介護老人保健施設グリーンホーム	長田 1270 番地	52-7011	一般社団法人 藤元メディカルシステム
介護老人保健施設はまゆう	蓼池 660 番地	51-0001	医療法人社団牧会

●貸与や費用の支給など、便利なサービスもあります。

福祉用具事業所

対象者

要介護

要支援

日常生活の自立を助けるための福祉用具の相談を受けます。

施設名	所在地	電話番号	事業者
特定非営利活動法人霧島敬愛	樺山 3475 番地 8	77-3100	特定非営利活動法人 霧島敬愛
有限会社ハートライフノア三股営業所	長田 2880 番地	51-5545	有限会社ハートライフノア
合同会社あんしん介護サービス	樺山 4959 番地 2	36-6696	合同会社 あんしん介護サービス

住宅改修費支給

対象者

要介護

要支援

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、20 万円を上限に費用を支給します。
支給を受けるためには、事前申請が必要です。

介護老人福祉施設

対象者

要介護

常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入居して、
日常生活上の支援や介護が受けられます。

施設名	所在地	電話番号	事業者
星空の都みまた	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会
星空の都みまたハーモニー	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会

※介護保険制度の一部改正により、平成 27 年 4 月から介護老人福祉施設の入所については、特別な事情がある場合を除き、原則として要介護 3 以上の方となりました。

介護老人保健施設

対象者

要介護

状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションを中心としたケアをします。

施設名	所在地	電話番号	事業者
介護老人保健施設 グリーンホーム	長田 1270 番地	52-7011	一般社団法人藤元メディカルシステム
介護老人保健施設はまゆう	蓼池 660 番地	51-0001	医療法人社団牧会

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

対象者

要介護

要支援

要支援 2 以上の認定を受けた認知症のある高齢者が、
スタッフによる日常生活上の支援や介護のもと、共同生活を送ります。

施設名	所在地	電話番号	事業者
グループホームはればれ	稗田 46 番地 13	52-2267	有限会社とまり商事
グループホーム正寿の光	蓼池 4607 番地 1	51-1986	株式会社 西日本福祉サービス研究所
グループホーム 2 ユニットさつき	樺山 4845 番地 8	51-3993	社会福祉法人豊の里

住宅型有料老人ホーム

対 象 者

要介護

要支援

非該当

食事や洗濯、掃除などの「生活支援サービス」を受けられる高齢者向け施設です。
介護が必要な場合は外部サービスを利用しながら生活できます。

施 設 名	所 在 地	電 話 番 号	事 業 者
ミュージズの朝三股	樺山 4568 番地 1	36-5270	社会福祉法人報謝会
三股ひまわり荘	樺山 4717 番地 1	36-5111	株式会社ステップアップ
いこい	樺山 1153 番地 4	36-6756	特定非営利活動法人うぇりんぐケアセンター宮崎
ケアホームおひさま	長田 2209 番地 4	52-5853	ケアサポートエム合同会社
エスプリ都城	宮村 2751 番地 25	53-3636	株式会社エスプリ
たでいけ至福の園	蓼池 3637 番地 1	58-7600	株式会社ハラケアシステム
野の花の家	樺山 4414 番地 16	51-3541	株式会社 marble
フォーラム三股	宮村 2786 番地 2	36-7891	特定非営利活動法人れんげメディカルグループ
ふぁみりい三股	宮村 2979 番地 2	52-8383	有限会社向日葵
虹	樺山 4385 番地 4	57-0170	合同会社 NEXT
れんげフォーラム	宮村 2774-28	36-8770	特定非営利活動法人れんげメディカルグループ

※本人の身体的状況等により入れる施設に限りがあります。

特定施設入居者生活介護

対 象 者

要介護

要支援

介護付の有料老人ホームです。入居している高齢者に、日常生活上の支援や介護を提供します。

施 設 名	所 在 地	電 話 番 号	事 業 者
けあらいふ正寿の杜	蓼池 4612 番地 1	52-0707	株式会社 西日本福祉サービス研究所

養護老人ホーム

原則 65 歳以上の方で、何らかの理由により、家庭での生活が
困難な方が入居する施設です。入居に際しては審査があります。

施 設 名	所 在 地	電 話 番 号	申 請 窓 口
アシステッドリビングみまた	樺山 3685 番地	52-1154	三股町高齢者支援課 ☎ 52-9062

要支援1・2の方

基本チェックリストで
対象者になった方

介護予防
サービス

介護予防・
生活支援
サービス事業

介護予防生活
支援サービスの
利用

三股町地域包括支援センター・指定を受けた居宅介護支援事業所の担当者と話し合い、
介護予防ケアプランを作成し、介護予防サービスの利用を開始します。

通所型サービス

みまたんデイサービス（緩和型サービス）

通所介護と同様のサービスを
日帰りで行います。

見守り支援、一部身体的支援を
日帰りで行います。

利用料 | 1 ～ 3 割

利用料 | 1 回 400 円

対 象 者
(両サービス)

要支援

基本チェック
リスト対象者

申込・
お問合せ

地域包括支援センター
☎ 0986-52-9063

施 設 名	所 在 地	電 話 番 号	事 業 者	サ ー ビ ス	
デイサービスセンター たでいけ至福の園	蓼池 3637 番地 1	58-7608	株式会社 ハラケアシステム	通所型 ○	みまたん ○
星空の都介護予防 デイサービスセンターみまた	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会	○	○
デイサポート明輝	蓼池 3536 番地 3	77-4863	合同会社 AKIRA	○	○
デイサービスはっぴー	新馬場 39 番地 8	52-1205	株式会社洩脇組	○	○
デイサービス餅原	餅原 1238 番地	36-5837	ケアサポートエム 合同会社	○	○
野の花	樺山 4407 番地 1	36-4368	株式会社 marble	○	○
うぇりんぐデイサービスココ	樺山 1153 番地 4	36-6789	特定非営利活動法人 うぇりんぐケアセンター宮崎	○	-
デイサービスセンターとしみ	樺山 4836 番地 26	53-3325	株式会社ハートケア	○	-
デイサービスセンター 三股ひまわり	樺山 4717 番地 1	36-5111	株式会社ステップアップ	○	-
デイサービス ばっばフォーラム	宮村 2774 番地 29	58-8708	れんげメディカルグループ	○	-
コンパスウォーク三股	樺山 4268 番地 6	51-7012	株式会社 ブルーフェニックス	○	-
デイサービス茶茶	樺山 4370 番地 15	57-0170	合同会社 NEXT	-	○
ミュージズの朝三股 デイサービスセンター	樺山 4568 番地 1	36-5270	社会福祉法人報謝会	-	○
江夏整形外科 デイサービスセンター Prop	宮村 2846 番地 1	36-7840	医療法人社団睦由会	○	-

いきがいデイサービス

社会福祉協議会が行っているデイサービスです。
基本的なサービス内容はみまたんデイサービスと同じです。

対 象 者

要支援

基本チェックリスト対象者

利 用 料

1 回 300 円

申込・お問合せ

地域包括支援センター
☎ 0986-52-9063

施 設 名	所 在 地	電 話 番 号	事 業 者
三股町社会福祉協議会	樺山 3384 番地 2	57-8555	社会福祉法人三股町社会福祉協議会

訪問型サービス

訪問型サービス

ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排泄、食事等の身体介護や調理、洗濯などの生活援助を行います。

対 象 者

要支援

基本チェックリスト対象者

施 設 名	所 在 地	電 話 番 号	事 業 者
社会福祉法人 三股町社会福祉協議会	樺山 3384 番地 2	52-1270	社会福祉法人 三股町社会福祉協議会
医療法人社団牧会 ふれあい指定訪問介護事業所	蓼池 660 番地	51-0006	医療法人社団牧会
星空の都訪問介護センターみまた	長田 1266 番地 1	52-8455	社会福祉法人常緑会
うぇりんぐホームヘルプステーション	樺山 1321 番地 2	36-6788	特定非営利活動法人 うぇりんぐケアセンター宮崎
企業組合居宅介護サービス太陽	樺山 5097 番地 2	51-2841	企業組合居宅介護サービス太陽
ヘルパーステーションはらっぱ	樺山 3472 番地 11	36-6426	一般社団法人テラス
介護のすけさん	樺山 3472 番地 5	57-7127	合同会社タカラ



高齢者福祉サービス

生活を支援するサービスもあります。お困りのときはまずご相談ください。

在宅高齢者軽度生活援助事業

在宅の高齢者が要介護等にならないようにするために、
ご自宅に援助員を派遣して食事の支度や
洗濯・掃除・買い物等の簡易な援助を行います。

利用条件 下記の①～③のいずれかに該当する方、もしくは要支援 1・要支援 2 に該当する方
①一人暮らしの方 ②高齢者のみで構成される世帯の方
③同居者が障害者のために援助してもらえない方
※ただし、当該該当者や同一世帯者に介護保険制度の訪問介護のサービスを受けている人がいる場合は、原則として対象にはなりません。

利用時間 平日の午前 9 時～夕方 5 時までの間で 1 週間に 1 回程度

在宅高齢者等配食サービス事業

自宅で生活していて調理が困難な方に、
定期的にお昼ごはんを提供しながら安否の確認を行います。

利用条件 在宅高齢者又は身体障害者の方
身体等が虚弱で調理が困難な人で、下記のいずれかに当てはまる方
①一人暮らし ②同居家族全員が高齢者または身体障害者等で構成される世帯の方等

寝具類洗濯乾燥消毒サービス事業

心身の障害・疾病などにより寝具類の衛生管理が
困難な人に対して無料で寝具類の洗濯乾燥消毒を行います。
寝具は 1 人につき 3 点まで。洗濯中は代わりの寝具を準備いたします。

利用条件 下記のいずれかに当てはまる方
①一人暮らしの方 ②高齢者のみで構成される世帯の方等

緊急通報システム貸与事業

緊急事態に対する不安解消のために
緊急通報システムを貸し出します。

利用条件 下記のいずれかに当てはまる方
①一人暮らしで、慢性疾患等により日常生活上注意が必要な状態の方
②高齢者のみで構成される世帯で、どちらか一方が寝たきり又は認知症の状態、
かつ他方が慢性疾患等で日常生活に注意が必要な状態にある方等

介護用品支給（助成）事業

対象者

要介護

利用料

-

申込・お問合せ

三股町高齢者支援課
☎ 0986-52-9062

三股町に住所を有し、要介護４・５の方を介護しているご家族に、月に１回クーポン券 6,000 円分を支給します。

利用条件 下記のいずれにも当てはまる方

①住民税非課税世帯の方 ②施設入所や医療機関へ入院せず在宅で介護されている方

※ただし月 15 日未満の入所や入院は在宅介護として扱います。

クーポン券で交換できる介護用品

ドライシャンプー、清拭剤、使い捨て手袋、防水シート、尿とりパット、紙おむつ、紙パンツ、オムツカバー（乳幼児用除く）、お尻拭き（乳幼児用除く）、ティッシュペーパー ウェットティッシュ、トイレトペーパー、介護用肌着、介護用寝巻き、ガーゼ、脱脂綿、綿棒、消臭剤（ポータブルトイレ用・部屋用）、楽呑み、うがい用受水盆（汚水・汚物受け）、口腔ケア用品、容器消毒剤、とろみ剤、マスク、他

寝たきり老人等介護手当支給

対象者

要介護

利用料

-

申込・お問合せ

三股町高齢者支援課
☎ 0986-52-9062

65 歳以上の要介護４・５の寝たきり高齢者、認知症高齢者及び重度心身障害者（児）の方を在宅で介護されている、三股町に住所を有する家族に対して月 15,000 円の介護手当を支給します。

利用条件 下記のいずれかに当てはまる方

①寝たきり状態や認知症高齢者が要介護４か５に認定後に、在宅で６ヶ月以上にわたり介護されている方（通算 7 日以上の入院、ショートステイ利用等は除く）
②前者と同程度以上の重度心身障害者（児）を、居宅で６ヶ月以上にわたり介護されている方（通算 7 日以上の入院、ショートステイ利用等は除く）

家庭介護慰労金支給事業

対象者

要介護

利用料

-

申込・お問合せ

三股町高齢者支援課
☎ 0986-52-9062

三股町民で 65 歳以上の要介護４・５の方、またはそれに相当する方と世帯を同一にし、無報酬で日常生活を介護する家族に対して、年額 100,000 円の慰労金を支給します。

利用条件 下記のいずれかに当てはまる方

①支給申請日の属する年度において、属する世帯の構成員のすべてが住民税非課税。
②支給基準日以後、次の支給基準日まで継続して介護保険法第 40 条の介護給付を受けなかった重度要介護高齢者を介護していること。

特定高齢者住宅改修給付事業

対象者

基本チェック
リスト対象者

利用料

1 割負担（限度額内）

申込・お問合せ

三股町高齢者支援課
☎ 0986-52-9062

住宅の改修で転倒防止や動作の容易性、行動範囲拡大など、高齢者の在宅での生活の質の向上のための費用（上限 8 万円）の 9 割を助成します。

利用条件 三股町に住所を有する当該年度の特定高齢者で住宅改修が必要と認められる方
（特定高齢者とは介護認定を受けていない虚弱な高齢者で、心身機能をチェックして該当する方のことです）

助成対象改修 手すりの取付け、床段差の解消、滑りの防止及び移動の円滑化等のための床材の変更、引き戸等への扉の取替え、洋式便器等への便器の取替え等、これら改修に付帯して必要な工事

高齢者補聴器購入補助金

対象者

-

利用料

-

申込・お問合せ

三股町高齢者支援課
☎ 0986-52-9062

65 歳以上の三股町民の方で、聴力の低下により補聴器の使用が必要と認められる方に、補聴器 1 台分の購入費用の半額を助成します。※上限 30,000 円

利用条件 下記のいずれにも当てはまる方

①満 65 歳以上で、町内に住所を有しており町内に在住している方
②身体障害者手帳（聴覚障害）をお持ちでない方
③耳鼻咽喉科専門医の診断結果（医師意見書）を得られる方
④聴力レベル 40dB 以上 70dB 未満（両耳とも）以上の方、
または医師の判断により両耳又は片耳の聴力レベルが 40dB 未満だが補聴器が必要な方
⑤町税等の滞納がない方
⑥既にこの事業による補助金を受けていない方

特定高齢者福祉用具給付事業

対象者

基本チェック
リスト対象者

利用料

1 割負担（限度額内）

申込・お問合せ

三股町高齢者支援課
☎ 0986-52-9062

福祉用具購入額（限度額あり）の 9 割を助成することで日常生活の安全性を高め、自立した生活を支援します。

利用条件 三股町内に住所を有し、当該年度の特定高齢者で福祉用具購入が必要と認められる方。
※特定高齢者とは介護認定を受けていない虚弱な高齢者で心身機能をチェックして該当する方のこと。

助成対象福祉用具 腰掛便座（限度額 3 万円）、入浴補助用具（限度額 4 万円）、歩行器（限度額 4 万円）、歩行補助つえ（限度額 1 万円）、立ち上がり補助具（限度額 4 万円）

認知症高齢者等見守りシール交付事業

対象者

-

利用料

-

申込・お問合せ

地域包括支援センター
☎ 0986-52-9063

あらかじめ登録された高齢者が行方不明になった際、衣類等に貼った二次元コード付きシールを読み取ることで、家族等へ「発見通知メール」が届きます。発見者と家族等は、伝言板で情報交換でき、発見から保護、帰宅までのやり取りを迅速に行うことができます。

利用条件 見守りの必要な高齢者について三股町認知症高齢者等見守りネットワークへの登録が必要です。



一般介護予防事業の利用

住んでいる地域や、やりたいことに合わせた活動をご紹介します。

ふれあい・いきいきサロン

現在町内に 30 箇所で開催され、仲間づくりや交流の場となっている
ふれあい・いきいきサロン。
ぜひお近くのサロンに参加してみてください。

対象者

要介護
要支援
非該当

利用料

無料

申込・お問合せ

三股町社会福祉協議会
☎ 0986-52-1246



サ ロ ン 名		開 催 場 所	開 催 日 時
1	みなづきの会	第 1 地区分館	第 1 火曜日 13：30 ～ 15：00
2	あそぼ会	小倉邸	第 2・4 水曜日 9：00 ～ 12：00
3	仲町ふれあいサロン	三股町研修センター	第 1 水曜日 (5 月と 1 月は第 2) 9：30 ～ 11：30
4	エクササロン仲町	社協小会議室	第 3 土曜日 13：00 ～ 16：00
5	歌声喫茶ひだまり	個人宅	第 2・4 木曜日 10：00 ～ 12：00
6	新ちゃんサロン	個人宅	毎週月曜日 10：00 ～ 12：00
7	令和サロン	上米児童館	毎週水曜日 13：30 ～ 15：00
8	小鷺巣にこにこ会	小鷺巣集落センター	第 3 土曜日 10：00 ～ 12：30
9	サロンさくら	寺柱自治公民館（旧青年の家）	毎週水曜日 8：30 ～ 11：00
10	サロン若鷺	宮村児童館	第 2 木曜日 10：00 ～ 12：00

サ ロ ン 名		開 催 場 所	開 催 日 時
11	たのもし会	中野地区集落館	第 2 土曜日 13：00 ～ 15：30
12	オミナエシ会	個人宅・下之馬場集落館	第 1 土曜日 10：00 ～ 14：00
13	梶山あじさいの会	山田宮農研修館	毎週土曜日 10：00 ～ 12：00
14	梶山ももの会	上の馬場集落館	第 1 火曜日 13：00 ～ 16：00
15	梶山さくらの会	上の馬場集落館	第 4 月曜日 13：00 ～ 16：00
16	きゃんせ轟木	轟木集落センター	第 4 木曜日 9：30 ～ 12：00
17	集まっみろ会	勝岡地区 コミュニティセンター	第 1 火曜日、第 3 月曜日 10：00 ～ 12：00
18	のぞみサロン前目	前目宮農研修センター	毎週月曜日 13：30 ～ 15：00
19	スナックサロンひるま	個人宅	不定期開催（月 1 回程度）
20	ふれあいサロン蓼池	蓼池児童館	第 1 木曜日 9：30 ～ 11：30
21	下新馬場サロンいつまでも	第 7 地区分館	第 1 金曜日 13：30 ～ 15：00
22	今市サロン絆	今市児童館	第 1・3 月曜日 9：30 ～ 11：30
23	花の会	個人宅	第 1・3 水曜日、 第 1・2・4 土曜日 9：30 ～ 12：00
24	花見原サロンひまわり	花見原地区 コミュニティセンター	第 3 水曜日 10：00 ～ 12：00
25	駅っ茶ゆるり庵 （よつばのくろーばー）	三股駅多目的ホール	第 2・4 土曜日 10：00 ～ 14：00
26	東原いきいきサロン	第 8 地区分館	第 1 金曜日 9：30 ～ 11：30
27	ふれあいサロン稗田	第 8 地区分館	第 1・2・3 水曜日 10：00 ～ 12：00
28	あの頃のうたサロン	稗田地区 コミュニティセンター	偶数月 第 4 水曜日 10：00 ～ 11：30
29	サロンみどり	第 9 地区分館	第 3 水曜日 13：00 ～ 15：30
30	稗田 6 支部ふれあいサロン	個人宅	第 1・3 月曜日 10：00 ～ 12：00
31	唐杉サロン	個人宅	第 4 火曜日 14：00 ～ 16：00

※日時は変更になる場合もあります。

足もと元気教室

健康は足もとから！介護を受ける状態にならないよう
転びにくい体を作るための教室です。

対象者

要介護要支援非該当

利用料

無料

申込・お問合せ

地域包括支援センター
☎ 0986-52-9063



地区名	開催場所	開催日時
1 地区	第 1 地区分館	第 1・3 金曜日 9：30 ～ 11：00
2 地区	第 2 地区交流プラザ	第 1 木曜日 13：30 ～ 15：00
3 地区	第 3 地区分館	第 2 木曜日 13：30 ～ 15：00
4 地区	第 4 地区分館	第 3 水曜日 9：30 ～ 11：00
5 地区	轟木集落センター	第 3 木曜日 13：30 ～ 15：00
蓼池	蓼池児童館	第 1・3 木曜日 9：30 ～ 11：00
花見原	花見原地区コミュニティセンター	第 1 水曜日 9：30 ～ 11：00
餅原	餅原営農研修センター	第 3 月曜日 9：30 ～ 11：00
三原	三原地区コミュニティセンター	第 3 水曜日 13：30 ～ 15：00
中原	中原地区コミュニティセンター	第 2・4 水曜日 9：30 ～ 11：00
今市	今市児童館	第 1 月曜日 9：30 ～ 11：00
下新	第 7 地区分館	第 2 金曜日 9：30 ～ 11：00
8 地区	第 8 地区分館	第 4 金曜日 9：30 ～ 11：00
9 地区	第 9 地区分館	第 2・4 水曜日 13：30 ～ 15：00

※開催場所が児童館の地区は、小学校の長期休暇時は場所が変更になる場合があります。

こけないからだ体操

こけないからだ体操とは、重さ調整の可能なおもりをつけて、
童謡等の音楽に合わせてゆっくりと行う体操です。
※教室開始順に並んでいます。

対象者

要介護要支援非該当

利用料

無料

申込・お問合せ

地域包括支援センター
☎ 0986-52-9063

地区名	開催場所	開催日時	団体名
1 地区	山王原 山王原児童館	毎週木曜日 9：30	山王原体操クラブ
2 地区	上米 個人宅	毎週月曜日 10：00	新ちゃんサロン
2 地区	上米 上米児童館（精米所前）	毎週水曜日 13：30	令和サロン
2 地区	谷 うゑりんぐデイサービスココ	随時	デイサービス利用者
3 地区	寺柱 寺柱自治公民館（旧青年の家）	毎週水曜日 8：30	サロンさくら
4 地区	梶山 山田営農研修館	毎週土曜日 9：00	あじさいの会
6 地区	前目 前目営農研修センター	毎週月曜日 13：30	前目サロン
7 地区	中原 個人宅	不定期開催（月 1 回）	サロン花の会
7 地区	下新 第 7 地区分館	毎週火曜日 10：30	下新サロンいつまでも
8 地区	東原 第 8 地区分館	毎週木曜日 9：30	第 8 地区健康教室
8 地区	稗田 第 8 地区分館	不定期開催	ふれあいサロン稗田
8 地区	稗田 個人宅	不定期開催（月 2 回）	稗田 6 支部ふれあいサロン
9 地区	東植木 第 9 地区分館	毎週木曜日 13：30	サロンみどり
2 地区	谷 元うゑりんぐデイサービス	第 2・4 土曜日 10：00	谷処（休止中）
6 地区	蓼池 たでいけ至福の園	第 2・4 火曜日 10：00	蓼池地区高齢者他（休止中）
6 地区	餅原 餅原営農研修センター	毎週金曜日 10：00	餅原元気会（休止中）
6 地区	三原 三原地区コミュニティセンター	月 2 回水曜日 10：00	三原（休止中）
6 地区	勝岡 勝岡地区コミュニティセンター	毎週木曜日 9：00	勝岡（休止中）
6 地区	前目 前目営農研修センター	毎週月曜日 13：30	のぞみ（休止中）

※日時は変更になる場合もあります。

ノルディックウォーキング

2本のポール（ストック）を使って歩行運動を補助するウォーキングです。歩行による下半身の運動に加えて、ポールを振ることで上半身の運動も同時に行うことができる、全身に効果的な有酸素運動です。

対象者

要介護

要支援

非該当

参加費

無料

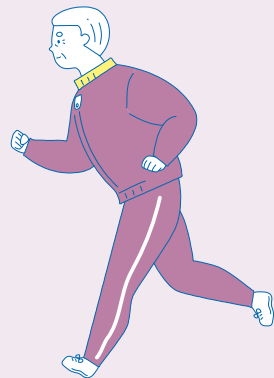
申込・お問合せ

三股町社会福祉協議会
☎ 0986-52-1246



地区名	集 合 場 所	開 催 日 時	内 容
中央	元気の杜	毎週木曜日 9：30 ～	公認インストラクターの指導のもと 月1回は町内コースを巡回しています。
梶山	第4地区分館	第3水曜日 10：45 ～	足もと元気教室後に実施中
東原	西部地区体育館	第1金曜日 13：30 ～	日常的な活動をおこなう自主グループを 立ち上げています。
轟木	轟木集落センター	第2水曜日 10：30 ～	月に1回の教室を ①轟木、②仮屋、③大野・大八重の 順番で場所を変えて実施しています。
仮屋	仮屋農村広場	第2水曜日 10：30 ～	
大野 大八重	大野・大八重地区	第2水曜日 10：30 ～	
前目	前目営農 研修センター	第3月曜日 13：30 ～	月1回の教室を行いながら、 日常的な活動をおこなう自主グループを 立ち上げています。
寺柱	寺柱自治公民館 (旧青年の家)	第1水曜日 9：30 ～	月1回の教室を行いながら、 日常的な活動をおこなう自主グループを 立ち上げています。

※日時は変更になる場合もあります。



m e m o

m e m o



私たちにいつでもご相談ください。

三股町地域包括支援センター

☎ 0986-52-9063

三股町社会福祉協議会

☎ 0986-52-1246