令和５年度
元気輝きポイント制度
対象活動一覧

圏域:黒瀬・安芸津

令和5年10月1日現在

元気輝きポイントの対象となる活動とポイント数

最新の団体情報は市ホームページをご確認ください

・・・掲載がある活動

1. ぐるマルお助け活動 :高齢者を対象とした支援活動等

※年齢は令和5年10月1日時点の年齢です。

対象	ポイント数	ポイントの対象となる活動
40歳以上	30ポイント	1　元気輝きポイント制度で団体登録している次の活動 ①地域住民で主体的に行う高齢者への生活支援の支え合い活動 ②地域住民で定期的に行う高齢者の見守り活動 ③地域住民が主体的に行う高齢者への配食活動 ④地域サロンのポイント管理責任者活動 ⑤「通いの場」※1のポイント管理責任者活動 ⑥趣味活動及びスポーツ活動※2のポイント管理責任者活動 ⑦市民が運営する認知症カフェの世話人活動 ⑧生涯学習ボランティアグループ登録団体による高齢者への支援活動 2　見守りサポーター登録（年１回）（令和５年10月～令和6年９月末まで） 3　認知症サポーター養成講座講師（キャラバンメイト）活動 4　認知症高齢者への傾聴おはなしボランティア 5　コミュニティ健康運動パートナーの「通いの場」※1に関する活動 6　フレイル予防アドバイザー※4のフレイル予防普及啓発活動
	20ポイント	1　団体登録済みの地域サロン、「通いの場」※1、趣味活動及びスポーツ活動参加者で、１人での参加が難しい高齢者の参加をサポートする活動
	10ポイント	1　見守りサポーター研修への参加 2　認知症サポーター養成講座の受講（年1回） 3　市に登録のある認知症カフェへの参加 4　コミュニティ健康運動パートナー養成研修（生きがい健康体育大学）の受講 5　フレイル予防アドバイザー※4育成講座の受講 6　市主催行事への参加（元気輝きポイントマークがあるもの）

2. 介護予防等活動

対象	ポイント数	ポイントの対象となる活動
65歳以上	30ポイント	1　老人クラブへの登録（年1回）（令和5年4月1日時点で、市老人クラブ連合会の登録が必要）
	10ポイント	1　元気輝きポイント制度で団体登録している次の活動への参加 ①地域サロン、②「通いの場」※1、③趣味活動及びスポーツ活動※2 2　いきいき健康づくり施設※3の利用（個人利用に限る） 3　特定健診、基本健診、各がん検診、人間ドックの受診 （令和5年度受診分で、健診項目ごとにポイントを付与） 4　国民健康保険被保険者の特定保健指導への参加
	300ポイント	1　お元気ポイント（令和5年４月～令和6年３月末までに77歳となる方）

※1　「通いの場」とは、地域包括ケア推進課へ登録された介護予防に効果的な体操を週１回実施している自主的な集まりです。
※2　生涯学習パスポートのポイントとの重複はできません。
※4　フレイル予防アドバイザーとは、医療保健課が実施するフレイル予防アドバイザー育成講座を修了し、地域のフレイル予防普及啓発活動に協力する人材として市に登録された方です。

※３　いきいき健康づくり施設

個人利用に限ります（使用料減免の場合も含む）。各施設の利用については直接お問い合わせください。

№	施設名	住所	電話番号
1	東広島運動公園	西条町田口67-1	082-425-2525
2	広島県立障害者リハビリテーションセンター スポーツ交流センターおりづる（スポーツ施設）	西条町田口295-3	082-425-6800
3	黒瀬屋内プール	黒瀬楢原10018-4	0823-82-5827（直　通） 0823-82-7075（管理者）
4	福富パークゴルフ場	福富町久芳4286-1	082-435-2717
5	河内パークゴルフ場	河内町小田4132-1	082-438-1066
6	安芸津B＆G海洋センタープール	安芸津町風早3092-1	0846-45-3932

令和5年度対象活動団体一覧　令和5.10.1現在

1．ぐるマルお助け活動（40歳以上の方が対象）

活動団体についてのお問い合わせは、
地域包括ケア推進課へお願いします。

②地域住民で定期的に行う高齢者の見守り活動

圏域	活動内容	団体名	No.	活動拠点	場所	活動日	時間	参加方法
黒瀬	見守り	松ヶ丘自治会	10	松ヶ丘団地内（自治会）	黒瀬松ヶ丘	①第1・3金曜日 ②第3土曜日	①15:00～16:00 ②10:00～11:30	直接会場へ
黒瀬	見守り	サニーハイツ自治会　見守り隊	33	サニーハイツ自治会館	黒瀬町楢原	月2回 （不定期）	不定期	事前連絡

③地域住民で主体的に行う高齢者への生活支援の配食活動

圏域		団体名	No.	活動拠点	場所	活動日	時間	参加方法
安芸津	配食	キッチン花	17	個人宅	安芸津町三津	第1土曜日 第3土曜日	8:30～15:00	直接会場へ
安芸津	配食	安芸津町三津地区社会福祉協議会	22	安芸津町三津地区 自治会事務所	安芸津町三津	年2回		直接会場へ

次の活動は巻末に記載

- **認知症サポーター養成講座の受講（年1回）**
- **市主催行事への参加（元気輝きポイントマークがあるもの）**

2. 介護予防等活動（65歳以上の方が対象）

活動団体についてのお問い合わせは、地域包括ケア推進課へお願いします。

①「地域サロン」の参加

圏域	団体名	No.	会場	場所	活動日	時間	参加方法
黒瀬	春日野サロン	108	春日野1丁目自治会館	黒瀬春日野一丁目	第2火曜日	10:00～12:00	事前連絡
黒瀬	松ヶ丘サロン	99	松ヶ丘会館	黒瀬松ヶ丘	第2水曜日 【ズンバゴールド体操】 第3水曜日	13:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	「集おう笑笑会」	238	ひまわり台老人集会所	黒瀬切田が丘	第2・4木曜日	9:30～12:00	事前連絡
黒瀬	切田北組　サロン　ムービー	107	切田北組　老人集会所	黒瀬切田が丘三丁目	第1・3水曜日	13:00～16:00	直接会場へ
黒瀬	ゆーかりサロン	190	切田上組自治会館	黒瀬切田が丘二丁目	①第1・2 木曜日、 第3・4金曜日 ②第1・3・4 火曜日	①13:00～15:00 ②9:00～12:00	事前連絡
黒瀬	サニーサロン	89	サニーハイツ自治会館	黒瀬町丸山	第2木曜日	10:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	丸〇サロン	91	丸山老人集会所	黒瀬町丸山	第2土曜日	13:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	サロンかねさわ	105	兼沢集会所	黒瀬町兼沢	第2土曜日	13:30～16:00	直接会場へ
黒瀬	サロン中城山	81	国近会館	黒瀬町国近	第1水曜日	13:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	国近サロン	82	国近会館	黒瀬町国近	第2水曜日	10:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	保田さわやかサロン	197	保田会館	黒瀬町国近	第1水曜日	10:00～12:00	事前連絡
黒瀬	森山サロン	189	上保田会館	黒瀬町市飯田	第3金曜日	9:00～15:00	事前連絡
黒瀬	ハイツサロン	188	黒瀬ハイツ自治会館	黒瀬町宗近柳国	第3木曜日	9:30～12:00	事前連絡
黒瀬	八王子交流サロン	85	柳国集会所	黒瀬町宗近柳国	第2火曜日	9:30～12:30	直接会場へ
黒瀬	サロンえびす会	80	小多田会館	黒瀬町小多田	第1金曜日	9:30～11:30	直接会場へ
黒瀬	さくらサロン	83	梶尾迫集会所	黒瀬町小多田	第3木曜日 又は 第3日曜日	13:00～15:00	事前連絡
黒瀬	宝の森サロン会	94	切田会館	黒瀬町切田	第3木曜日	10:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	八畝ケ畑サロン	90	八畝ヶ畑団地自治会集会所	黒瀬町大多田	第2・4土曜日	13:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	サロン上条	104	上条区会館	黒瀬町津江	月1回	13:30～15:30	事前連絡
黒瀬	えがおの会	106	田代自治会館	黒瀬町津江	第4木曜日	11:30～15:00	事前連絡
黒瀬	サロン東側	215	東側老人集会所	黒瀬町津江	第3水曜日	活動内容による	事前連絡
黒瀬	サロン田代	198	田代会館	黒瀬町津江	第2木曜日	13:30～15:30	事前連絡
黒瀬	楢原サロン会	93	楢原会館	黒瀬町楢原	第2火曜日 第2水曜日	9:00～17:00	事前連絡
黒瀬	はつらつサロン	95	楢原会館	黒瀬町楢原	最終木曜日	10:30～13:30	事前連絡
黒瀬	地域サロン「ふら～りスペース」	233	丸山サニーハイツ自治会館	黒瀬町楢原	第2・4火曜日 （但し、第2は開催できない場合あり）	9:30～11:30	直接会場へ
黒瀬	長貫サロン	203	長貫神社	黒瀬町南方	第3月曜日	9:30～11:30	事前連絡
黒瀬	地域サロン「なでしこ」	222	南方会館	黒瀬町南方	第2木曜日	13:30～15:00	直接会場へ
黒瀬	つどい	86	個人宅	黒瀬町乃美尾	第2火曜日	13:30～15:30	直接会場へ
黒瀬	地域サロン「健幸クラブ」	248	やよい会館（旧 乃美尾老人会館）	黒瀬町乃美尾	第2・4金曜日	9:00～11:30	直接会場へ
黒瀬	乃美尾老人会（喜楽会） 朗老サロン	87	乃美尾ふれあい館	黒瀬町乃美尾	毎週木曜日	10:00～15:00	直接会場へ

①「地域サロン」の参加

圏域	団体名	No.	会場	場所	活動日	時間	参加方法
黒瀬	サロンくちなし	88	乃美尾ふれあい館	黒瀬町乃美尾	第4水曜日	12:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	すみれ会	100	狐ヶ城自治会館	黒瀬楢原西二丁目	第4木曜日	11:00～14:00	事前連絡
黒瀬	高屋池サロン	210	楢原高屋池自治会館	黒瀬楢原東一丁目	不定期 （百歳体操の後、都度決定）	活動内容による	直接会場へ
黒瀬	楢原「さくら会」	92	楢原中央団地会館 又は黒瀬保健福祉センター	黒瀬楢原東二丁目	年14回以上	9:00～15:00	事前連絡
黒瀬	サロン「友・友」	258	楢原中央団地会館	黒瀬楢原東二丁目	毎週木曜日	10:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	レークサロン	101	レークランド自治会館	黒瀬楢原東三丁目	第2火曜日	10:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	サロンあやめ会	96	雉ヶ庭自治会館	黒瀬楢原北一丁目	火曜日 第3木曜日	13:30～15:30	直接会場へ
黒瀬	黒瀬地域サロンいちご会	97	かのえハイツ自治会館	黒瀬楢原北二丁目	毎週水曜日 遠隔土曜日 計6回	10:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	鷹原サロン	98	第一鷹原自治会館	黒瀬楢原北二丁目	第4火曜日	11:00～14:00	事前連絡
黒瀬	サロンまつかぜ	103	松風苑自治会館	黒瀬楢原北三丁目	第3木曜日	10:00～12:00	事前連絡
安芸津	蚊無サロン	158	蚊無集会所	安芸津町三津	月1回	13:30～15:30	その他
安芸津	サロン「木蓮の会」	218	合人社グループ　三津福井館	安芸津町三津	①第3水曜日 ②不定期	①9:30～14:00 ②活動内容による	事前連絡
安芸津	サロンふくい館　まごころの会	219	合人社グループ　三津福井館	安芸津町三津	第4水曜日	13:00～15:00	事前連絡
安芸津	やまとなでしこサロン	165	個人宅	安芸津町三津	第4日曜日	13:30～15:30	事前連絡
安芸津	中の村ちょこっとサロン	163	中之村集会所	安芸津町三津	第3火曜日	9:00～14:00	直接会場へ
安芸津	中の村　お菓子サロン	164	中之村集会所	安芸津町三津	第2水曜日	9:00～15:00	直接会場へ
安芸津	ニコニコ喫茶サロン	153	ひだまりの家	安芸津町三津	第1木曜日	9:30～12:00	事前連絡
安芸津	ひだまりの家　月曜グループ	154	ひだまりの家	安芸津町三津	毎週月曜日	9:00～13:30	直接会場へ
安芸津	ひだまりの家　水曜グループ	155	ひだまりの家	安芸津町三津	毎週水曜日	9:00～13:30	直接会場へ
安芸津	ひだまりの家　金曜グループ	156	ひだまりの家	安芸津町三津	毎週金曜日	9:00～13:30	直接会場へ
安芸津	小松原サロン　汐風	167	小松原びわの里	安芸津町小松原	第2日曜日	10:00～12:00	直接会場へ
安芸津	椿原　白坂サロン	161	つばきの里大田	安芸津町大田	①第2水曜日 ②第4水曜日	①9:00～15:00 ②9:00～12:00	事前連絡
安芸津	はるかぜの家	168	風早東集会所	安芸津町風早	毎週火曜日	10:30～13:30	事前連絡
安芸津	みなみサロン	162	風早南区集会所	安芸津町風早	第4水曜日	10:30～14:00	直接会場へ
安芸津	はなみずき	157	風早薬局内	安芸津町風早	第1木曜日 （できない月は第3木曜日実施）	14:00～15:30	事前連絡
安芸津	囲碁サロン	166	風早地域センター	安芸津町風早	毎週 月・火・木・金曜日 （祝祭日を除く）	14:00～17:00	直接会場へ
安芸津	びわの駅	159	灘集会所	安芸津町風早	第2・4木曜日	13:00～15:00	直接会場へ
安芸津	三畝サロン	149	郷会館	安芸津町木谷	第2火曜日	10:00～14:00	直接会場へ
安芸津	下ノ谷サロン	150	郷会館	安芸津町木谷	第1木曜日	10:00～14:00	事前連絡
安芸津	防地サロン	151	郷会館	安芸津町木谷	第3水曜日	9:00～11:00	直接会場へ
安芸津	サロン小春日和	152	西之谷集会所	安芸津町木谷	第2・4火曜日	9:00～14:00	直接会場へ
安芸津	ぬくもりの里サロン	169	西之谷集会所	安芸津町木谷	第1・3火曜日	10:00～14:00	直接会場へ
安芸津	神谷神喜会	148	神谷集会所	安芸津町木谷	月1回金曜日	9:00～14:00	事前連絡

2. 介護予防等活動（65歳以上の方が対象）

活動団体についてのお問い合わせは、
地域包括ケア推進課へお願いします。

②「通いの場（百歳体操）」の参加

圏域	団体名	No.	会場	場所	活動日（毎週）	時間	参加方法
黒瀬	春日野体操クラブ	74	春日野一丁目会館	黒瀬春日野一丁目	月	10:00～11:30	事前連絡
黒瀬	花こぶし	75	春日野二丁目会館	黒瀬春日野二丁目	毎週木曜日	10:00～11:00	直接会場へ
黒瀬	松ヶ丘通いの場	79	松ヶ丘自治会館	黒瀬松ヶ丘	水 （第1・3・4・5） 【ｽﾟﾝﾊﾞｺﾞｰﾙﾄﾞ体操】 第3水曜日	13:00～14:30	直接会場へ
黒瀬	青春サロン　通いの場	197	ひまわり台老人集会所	黒瀬切田が丘一丁目	土	13:30～15:00	直接会場へ
黒瀬	サロン ひまわり	76	ひまわり台老人集会所	黒瀬切田が丘一丁目	水	10:00～11:30	直接会場へ
黒瀬	ひまわり	77	切田が丘集会所	黒瀬切田が丘二丁目	月	13:00～14:30	事前連絡
黒瀬	切田北組100（ワンオーオー）	78	切田北組老人集会所	黒瀬切田が丘三丁目	木	【5月～10月】 13:30～14:30 【11月～4月】 10:00～11:30	事前連絡
黒瀬	丸山亀の子クラブ	159	個人宅	黒瀬町丸山	金	13:30～15:00	事前連絡
黒瀬	クローバー健康クラブ	166	丸山日の出集会所	黒瀬町丸山	木	14:00～15:00	事前連絡
黒瀬	いきいきクラブ	82	兼沢会館	黒瀬町兼沢	金	13:30～15:00	事前連絡
黒瀬	げんきげんき体操保田	129	下板城老人会館（保田会館）	黒瀬町国近	月	8:30～10:30	直接会場へ
黒瀬	板城西ほほえみ会	83	板城西住民自治協議会 事務所　2階	黒瀬町国近提溝	月	9:00～10:30	直接会場へ
黒瀬	絆倶楽部	128	上保田会館	黒瀬町市飯田	金	10:00～11:30	事前連絡
黒瀬	海老根会	169	市飯田老人集会所	黒瀬町市飯田	水	10:00～11:30	直接会場へ
黒瀬	梶サロン	125	梶区集会所	黒瀬町宗近柳国	木	13:30～14:30	直接会場へ
黒瀬	黒瀬ハイツサロン 「しあわせ」	134	黒瀬ハイツ自治会館	黒瀬町宗近柳国	木	9:30～11:30	直接会場へ
黒瀬	八王子交流サロン	139	柳国集会所	黒瀬町宗近柳国	火	9:30～11:30	直接会場へ
黒瀬	れんげ会　宗近	157	宗近五神社集会所	黒瀬町宗近柳国	木	10:00～11:15	事前連絡
黒瀬	えびす会	80	小多田会館	黒瀬町小多田	月	9:00～11:00	直接会場へ
黒瀬	笑がんすクラブ	81	梶屋迫集会所	黒瀬町小多田	月	9:30～10:40	直接会場へ
黒瀬	中鶴会	165	大多田会館	黒瀬町大多田	木	10:00～11:00	事前連絡
黒瀬	川角すこやか会	170	川角会館	黒瀬町川角	水	11:00～12:00	事前連絡
黒瀬	通いの場「いきいき上条」	145	上条区会館	黒瀬町津江	木	13:30～15:00	事前連絡
黒瀬	いきいき下条	164	下条会館	黒瀬町津江	月	13:30～15:00	事前連絡
黒瀬	ひまわり会	185	東側老人集会所	黒瀬町津江	金	10:00～11:30	直接会場へ
黒瀬	はなみずき	84	株式会社　石崎	黒瀬町楢原	月・火	10:00～11:00	事前連絡
黒瀬	サニーいきいきクラブ	127	サニーハイツ自治会館	黒瀬町楢原	木	9:00～10:00	直接会場へ
黒瀬	竹保サロン	137	竹保集会所	黒瀬町南方	火	13:00～14:30	直接会場へ
黒瀬	なでしこ	138	南方会館	黒瀬町南方	木	13:30～15:00	事前連絡
黒瀬	お茶の間サロン やまぶき	86	乃美尾会館（ふれあい館）	黒瀬町乃美尾	木	10:00～15:00	その他
黒瀬	秋桜の会	85	田津原神社	黒瀬町乃美尾田津原	金	13:30～15:00	直接会場へ
黒瀬	緑ヶ丘いきいきクラブ	172	楢原緑ヶ丘会館	黒瀬楢原東	水	10:00～12:00	事前連絡

②「通いの場（百歳体操）」の参加

圏域	団体名	No.	会場	場所	活動日（毎週）	時間	参加方法
黒瀬	高屋池サロン	88	楢原高屋池自治会館	黒瀬楢原東一丁目	木	9:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	サロン友友	89	楢原中央団地会館	黒瀬楢原東二丁目	①火 ②木	①10:00～11:00 ②10:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	さくら会カラオケ部（百歳体操）	90	楢原中央団地会館	黒瀬楢原東二丁目	金	13:00～16:00	直接会場へ
黒瀬	レークサロン	91	レークランド自治会館	黒瀬楢原東三丁目	木	10:00～12:00	直接会場へ
黒瀬	松風	87	松風苑自治会館	黒瀬楢原北三丁目	火	14:00～15:30	直接会場へ
安芸津	横川体操クラブ	120	三津自治協議会	安芸津町三津	月	9:00～10:00	直接会場へ
安芸津	まごころの会	140	合人社グループ 三津福井館	安芸津町三津	火	13:30～15:00	直接会場へ
安芸津	かくれの里いきいきクラブ	114	隠畑屯所	安芸津町三津	月	13:00～14:30	直接会場へ
安芸津	沖つ白波　百歳体操の会	115	港区集会所	安芸津町三津	火	【午前の部】 10:30～11:30 【午後の部】 13:30～14:30	事前連絡
安芸津	ひだまりサロン「百歳体操月曜くらぶ」	116	ひだまりの家	安芸津町三津	月	13:30～14:30	直接会場へ
安芸津	ひだまりサロン「百歳体操水曜くらぶ」	117	ひだまりの家	安芸津町三津	水	13:30～14:30	直接会場へ
安芸津	ひだまりサロン「百歳体操金曜くらぶ」	118	ひだまりの家	安芸津町三津	金	13:30～14:30	直接会場へ
安芸津	向組サロンせせらぎ	119	向組集会所	安芸津町三津	金	9:00～10:30	直接会場へ
安芸津	向組サロンせせらぎ水曜クラブ	187	向組集会所	安芸津町三津	水	13:30～15:00	直接会場へ
安芸津	蚊無サロン	133	蚊無集会所	安芸津町三津	水	13:30～15:00	その他
安芸津	さくらサロン	161	港地区集会所	安芸津町三津	月	13:30～15:30	直接会場へ
安芸津	市之畑サロン	188	市之畑集会所	安芸津町三津	木	13:00～14:00	直接会場へ
安芸津	地域サロン「やまとなでしこ」	190	三津自治協議会	安芸津町三津	木	10:00～11:30	事前連絡
安芸津	ちょこっとサロン体操	194	中之村集会所	安芸津町三津	木	9:30～10:30	直接会場へ
安芸津	びわの里百歳体操	113	小松原 びわの里	安芸津町小松原	木	9:30～10:30	直接会場へ
安芸津	風早百歳体操の会	111	風早地域センター	安芸津町風早	月・水	14:00～15:15	直接会場へ
安芸津	みなみサロンいきいき	150	風早南区集会所	安芸津町風早	水	9:30～11:30	直接会場へ
安芸津	お茶の間カフェほぼろ島	112	木谷地域センター	安芸津町木谷	月	13:00～15:30	直接会場へ
安芸津	安芸津人権センター「通いの場」	180	安芸津人権センター	安芸津町木谷	月	10:00～11:00	事前連絡
安芸津	いきいきさざなみ会	198	ケアハウス赤崎さざなみ荘	安芸津町木谷	木 （祝日休み）	14:30～15:30	事前連絡
安芸津	神谷　通いの場	193	神谷集会所	安芸津町木谷	火	10:00～11:00	直接会場へ

2. 介護予防等活動（65歳以上の方が対象）

活動団体についてのお問い合わせは、
地域包括ケア推進課へお願いします。

③趣味・スポーツ活動の参加

圏域	活動内容	団体名	No.	会場	場所	活動日	時間	参加方法
黒瀬	スポーツ	春日野テニスクラブ	103	黒瀬春日野二丁目第5公園テニスコート	黒瀬春日野二丁目	①毎週火・木曜日 ②毎週土・日・休日	①10:00～14:00 ②13:00～17:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	松ヶ丘グラウンドゴルフクラブ	255	黒瀬松ヶ丘公園	黒瀬松ヶ丘	毎週月～土曜日	8:30～10:30	事前連絡
黒瀬	スポーツ	黒瀬切田が丘1丁目グラウンドゴルフ（G・G）クラブ	243	黒瀬切田が丘1丁目第3公園	黒瀬切田が丘一丁目	毎週月～金曜日	8:00～10:00	その他
黒瀬	囲碁・将棋	切田北組　囲碁、将棋同好会	245	切田北組　老人集会所	黒瀬切田が丘三丁目	毎週日曜日	13:00～16:30	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	土曜会	251	黒瀬コスモス園（グランドゴルフ場）	黒瀬町丸山	毎週火・土曜日	8:45～11:30	事前連絡
黒瀬	文化活動	黒瀬俳句会	324	黒瀬保健福祉センター	黒瀬町丸山	第2土曜日	9:30～12:00	事前連絡
黒瀬	囲碁・将棋	黒瀬あすなろ囲碁クラブ	325	黒瀬保健福祉センター	黒瀬町丸山	毎週水曜日	11:00～14:00	直接会場へ
黒瀬	体操	友愛（YOU＆I）会	340	黒瀬保健福祉センター	黒瀬町丸山	毎週水曜日（会場都合で変更あり）	12:00～16:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	楽々運動教室OB会	250	市社会福祉協議会黒瀬支所前に集合し活動	黒瀬町丸山	第3水曜日	10:00～12:30	事前連絡
黒瀬	スポーツ	フォールト	102	デイサービスコスモス園	黒瀬町丸山	①毎週水曜日 ②第1・2金曜日 ③3・4金曜日	①13:00～15:00 ②10:00～12:00 ③13:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	伝統芸能	丸山竜王和太鼓同好会	514	丸山真野本神社	黒瀬町丸山	毎週土曜日	19:00～21:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	丸山長寿会グランドゴルフ	252	丸山老人会会館（真野本神社）	黒瀬町丸山	①毎週月・水曜日 ②年4回金曜日	①10:00～12:00 ②11:00～13:00	直接会場へ
黒瀬	囲碁・将棋	黒瀬愛碁会	405	個人宅	黒瀬町兼広	毎日	15:00～18:00	直接会場へ
黒瀬	体操	なかよしクラブ	456	兼沢会館	黒瀬町兼沢	毎週水曜日	10:00～12:00	事前連絡
黒瀬	スポーツ	板城西グラウンドゴルフクラブ	246	板城クリエイトパーク	黒瀬町国近	毎週火・木曜日	8:30～11:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	黒瀬連合会　岩幕グランドゴルフ	247	オーエイ・プロトグラウンド	黒瀬町国近	毎週月・水曜日	9:00～11:30	直接会場へ
黒瀬	ダンス・舞踊	黒瀬レクリエーションダンスクラブ	248	黒瀬生涯学習センター	黒瀬町菅田	第1・3月曜日	13:30～15:30	直接会場へ
黒瀬	文化活動	哲滄会　高詠安芸支部	466	黒瀬生涯学習センター	黒瀬町菅田	毎週①火曜日 ②水曜日	①9:30～11:30 19:00～21:00 ②9:30～11:30	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	津江グランドゴルフ	104	暁保育所	黒瀬町津江	毎週日曜日 祝日	13:30～16:00 【夏季】 9:30～12:00	事前連絡
黒瀬	音楽	上条カラオケ	258	上条区会館	黒瀬町津江	第1水曜日	13:30～15:30	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	テニスサークル　オットーズ	105	黒瀬市民グランド	黒瀬町津江	毎週日曜日	10:00～13:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	黒瀬テニスクラブ（K・T・C）	256	市民グランドテニスコート	黒瀬町津江	毎週火曜日	10:00～15:00	直接会場へ
黒瀬	文化活動	ゆりの木	257	下黒瀬公民館	黒瀬町津江	第2・4金曜日	13:00～16:30	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	七色クラブ	341	黒瀬B＆G海洋センターミーティングルーム	黒瀬町楢原	毎週土曜日	10:00～12:00	事前連絡
黒瀬	スポーツ	悠々クラブ	106	黒瀬屋内プール	黒瀬町楢原	毎週木曜日	12:30～14:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	かっぱ会	107	黒瀬屋内プール	黒瀬町楢原	毎週水曜日	12:00～14:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	ブルークラブ	249	黒瀬屋内プール	黒瀬町楢原	毎週木曜日	14:00～16:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	マーメイド	307	黒瀬屋内プール	黒瀬町楢原	毎週水曜日	10:00～12:00	事前連絡
黒瀬	スポーツ	水曜卓球倶楽部	308	黒瀬屋内プール	黒瀬町楢原	毎週水曜日	13:30～16:30	事前連絡
黒瀬	スポーツ	「さくら会」グランドゴルフ部	253	ハイライフ団地内公園	黒瀬楢原西一丁目	毎週月・水曜日	9:00～11:00	直接会場へ
黒瀬	囲碁・将棋	囲碁愛好会	254	狐ヶ城自治会館	黒瀬楢原西二丁目	毎週火曜日	13:00～17:00	直接会場へ
黒瀬	スポーツ	わいわい倶楽部	362	個人宅	黒瀬楢原北三丁目	毎週日・月・木・金曜日	9:30～12:00	事前連絡

③趣味・スポーツ活動の参加

圏域	活動内容	団体名	No.	会場	場所	活動日	時間	参加方法
黒瀬	スポーツ	地域サロンいちご会（グラウンドゴルフ）	108	庚ハイツ自治会館	黒瀬楢原北二丁目	毎週月曜日 木・土曜日 （不定期）	10:00～12:00	事前連絡
安芸津	体操	3Bリフレッシュ体操	116	安芸津生涯学習センター	安芸津町三津	第2・4水曜日	13:30～15:30	直接会場へ
安芸津	合唱	安芸津合唱団	314	安芸津生涯学習センター	安芸津町三津	第2・4土曜日	10:00～11:30	事前連絡
安芸津	体操	太極拳同好会	489	安芸津生涯学習センター	安芸津町三津	第2・3・4 水曜日	13:30～15:30	直接会場へ
安芸津	スポーツ	あきつ健康づくりウォーキングの会	363	合人社グループ　三津福井館	安芸津町三津	第3日曜日	9:00～12:00	事前連絡
安芸津	手芸・工芸	手芸サロン	429	合人社グループ　三津福井館	安芸津町三津	第2・4木曜日	13:30～16:00	直接会場へ
安芸津	手芸・工芸	わくわくサロン	327	個人宅	安芸津町三津	第2・4水曜日	9:30～15:30	事前連絡
安芸津	合唱	歌声サロン	404	ひだまりの家	安芸津町三津	第3木曜日	13:30～15:00	直接会場へ
安芸津	スポーツ	バランスボール	441	三津自治協議会	安芸津町三津	第2・4木曜日	13:30～16:00	事前連絡
安芸津	スポーツ	寿大学　テニスクラブ	113	安芸津B＆G海洋センター	安芸津町風早	毎週金曜日	9:00～12:00	事前連絡
安芸津	スポーツ	かきつばた・あじさい卓球クラブ	343	安芸津B＆G海洋センター	安芸津町風早	毎週火・金曜日	13:30～15:30	直接会場へ
安芸津	スポーツ	つくし	435	安芸津B＆G海洋センター	安芸津町風早	毎週金曜日	9:30～11:30	直接会場へ
安芸津	スポーツ	卓球同好会	451	安芸津B＆G海洋センター	安芸津町風早	毎週木曜日	14:00～16:00	直接会場へ
安芸津	ダンス・舞踊	レクダンス安芸津	279	安芸津支所	安芸津町風早	第1水曜日	9:30～11:30	直接会場へ
安芸津	スポーツ	安芸津グラウンド・ゴルフクラブ（市老連安芸津支部）	110	安芸津市民グラウンド	安芸津町風早	毎週火・水・木・金曜日	8:30～11:00	事前連絡
安芸津	スポーツ	風早卓球愛好会	278	風早地域センター	安芸津町風早	毎週火・木・金曜日	13:00～16:00	直接会場へ
安芸津	文化活動	楽しく学ぶペン習字	480	風早地域センター	安芸津町風早	第2・4水曜日	13:30～15:30	直接会場へ
安芸津	ダンス・舞踊	清舞会（セイブカイ）	422	風早東集会所	安芸津町風早	毎週水曜日	9:00～11:30	事前連絡
安芸津	文化活動 体操	ののか	277	個人宅	安芸津町風早	【手芸・料理】 第1・2・4 土曜日 【ヨガ】 第2・4水曜日	9:00～15:00	事前連絡
安芸津	体操	介護予防サロン　あきまろ	111	老人保健施設あきまろ園	安芸津町風早	毎週木曜日	10:30～12:30	事前連絡
安芸津	手芸・工芸	ハンドメイド	445	安芸津人権センター	安芸津町木谷	第2・4火曜日	13:30～15:45	事前連絡
安芸津	スポーツ	木谷卓球同好会	115	木谷地域センター	安芸津町木谷	毎週火・水曜日	13:00～16:00	直接会場へ
安芸津	スポーツ	木谷青空会	114	砂原公園	安芸津町木谷	毎週水・金・土曜日	9:00～11:00	直接会場へ
安芸津	文化活動	PPクラブ	464	個人宅	安芸津町木谷	水曜日 （月2～3回）	19:30～21:30	事前連絡

令和５年度対象活動一覧　　令和5.10.1現在

1.　ぐるマルお助け活動（40歳以上の方が対象）

市主催行事への参加（ポイント対象行事）

（令和5年９月までの行事は令和4年度ポイント制度ぐるマルお助け活動ポイントの対象となります）

現在決定している市主催のポイント行事は、次のとおりです。 詳細は、「広報東広島」や市のホームページ等でご案内します。お知らせのチラシなどに「元気輝きポイントマーク※」を付けています。
各会場での手帳交付はできませんので、事前に申請をしてください。

←　※元気輝きポイントマーク

No.	行事名称	開催日	会場	予約	参加費	担当課
1	あったか笑顔のまちづくり講演会	詳細未定	各地域で実施	必要	不要	地域共生推進課 ☎082-420-0932
2	見守りサポーター研修会	詳細未定	各地域で実施	不要	不要	
3	家族介護教室	各地域で4回実施 詳細はお問い合わせください	各地域で実施	必要	不要	（西条北）特別養護老人ホーム桜が丘保養園 ☎082-423-2595 （西条南）特別養護老人ホーム長寿苑 ☎082-425-2000 （八本松）特別養護老人ホーム新生園 ☎082-429-0350 （志和）ケアハウスみずほ ☎082-433-6256 （高屋）特別養護老人ホーム御薗寮 ☎082-434-0455 （黒瀬）特別養護老人ホームさくら園 ☎0823-83-6060 （福富）東広島市社会福祉協議会福富支所 ☎082-435-2247 （河内）東広島市社会福祉協議会河内支所 ☎082-420-7011 （豊栄）特別養護老人ホーム豊邑苑 ☎082-432-2250 （安芸津）特別養護老人ホームあきまろ園 ☎0846-45-5600
4	認知症の人と家族の会「やすらぎ会」	①令和5年10月6日 ②令和5年11月17日 ③令和5年12月15日 ④令和6年1月19日 ⑤令和6年2月16日 ⑥令和6年3月15日 各回10:00～14:30	総合福祉センター	必要	不要	東広島市社会福祉協議会 在宅福祉課 ☎082-430-8877
5	こころの駅舎 ～がん患者さん・家族・支援者のつどい～	①令和5年10月26日 ②令和5年11月30日 ③令和5年12月21日 ④令和6年1月25日 ⑤令和6年2月22日 ⑥令和6年3月28日 各回14:00～18:00 （③のみ14:00～15:30）	東広島芸術文化ホール くらら研修室209 （③のみサロンホールくらら303）	必要	不要	医療保健課 ☎082-420-0936

No.	行事名称	開催日	会場	予約	参加費	担当課
6	長寿！体づくり教室	①令和5年10月17日 ②令和5年11月14日 ③令和5年12月12日 ④令和6年1月16日 ⑤令和6年2月13日 ⑥令和6年3月12日 各回10:00～11:30 開催日1週間前から予約開始	豊栄生涯学習センター	必要	不要	豊栄支所 地域振興課 ☎082-432-2563
7	街かどほけんしつ	①令和5年10月31日 ②令和5年11月28日 ③令和5年12月26日 ④令和6年1月30日 ⑤令和6年2月27日 ⑥令和6年3月26日 各回10:30～14:30	ゆめタウン東広島店 3階 催事場	不要	不要	医療保健課 ☎082-420-0936
8	みんなの体操教室	①令和5年10月16日 ②令和5年12月18日 ③令和6年1月15日 ④令和6年2月19日 ⑤令和6年3月18日 各回10:00～11:30	河内保健福祉センター	必要（初参加者のみ）	不要	河内支所 地域振興課 ☎082-437-1109
9	みんなの体操教室	令和5年10月3日 10:30～11:50	河内西子育て支援センター（河内西保育所内）	必要	不要	河内支所 地域振興課 ☎082-437-1109
10	みんなの体操教室	令和5年11月6日 10:00～11:30	入野光子育て支援センター（入野光保育園内）	必要	不要	河内支所 地域振興課 ☎082-437-1109
11	フレイルサポーター養成講座	受講希望者と随時調整し決定	受講希望者の希望場所	必要	不要	医療保健課 ☎082-420-0936
12	フレイル測定及びフレイル予防教室	①フレイル測定 令和5年10月2日 開催時間:11時から15時まで ②フレイル予防教室 令和5年10月6日 令和5年11月10日 開催時間:調整中	①河内保健福祉センター ②市役所 本館4階 403･404会議室	①不要 ②必要	不要	医療保健課 ☎082-420-0936
13	健康増進運動教室	令和5年10月3日 令和5年10月10日 令和5年10月17日 令和5年10月24日 各回9:00～11:30	黒瀬B＆G海洋センター	必要	不要	国保年金課 ☎082-420-0933

No.	行事名称	開催日	会場	予約	参加費	担当課
14	健康増進運動教室	令和5年10月13日 令和5年10月20日 令和5年10月27日 令和5年11月10日 令和5年11月17日 各回13:30～16:00	高美が丘地域センター	必要	不要	国保年金課 ☎082-420-0933
15	脳が喜ぶ！心が笑う！認知症「絵画講座」	①令和5年11月14日 ②令和5年11月29日 ③令和5年12月13日 ④令和5年12月19日 各回13:30～15:30 申込受付は開催日1か月前まで	①安芸津文化福祉センター ②中央図書館 ③高屋西地域センター ④黒瀬保健福祉センター	必要	不要	地域包括ケア推進課 ☎082-430-5330
16	ヘルスグリーン講座 血糖値からみる年末年始の過ごし方	令和5年12月4日 14:00～16:00	市役所本館 4階403会議室	必要	不要	国保年金課 ☎082-420-0933
17	フレイル予防アドバイザー育成講座	①令和5年9月2日 ②令和5年9月9日 ③令和5年9月16日 ④令和5年9月30日 ⑤令和5年10月21日 ⑥令和5年11月11日 ⑦令和5年11月18日 ⑧令和5年12月　2日 各回9時30分～11時30分	広島国際大学・黒瀬保健福祉センター	必要	不要	医療保健課 ☎082-420-0936
18	がん予防講演会 「がん検診の重要性と今伝えたいこと」	令和5年10月11日 14:00～15:30	東広島芸術文化ホール くらら小ホール	必要	不要	医療保健課 ☎082-420-0936
19	フレイル測定会	①令和5年10月4日 10:00～11:30 ②令和5年10月4日 13:30～15:00 ③令和5年10月5日 10:00～11:30 ④令和5年10月5日 13:30～15:00 ⑤令和5年10月10日 10:00～11:30 ⑥令和5年10月10日 13:30～15:00	①能良地域センター ②清武西地域センター ③清武地域センター ④乃美地域センター ⑤吉原地域センター ⑥安宿地域センター	必要	不要	豊栄支所地域振興課 ☎082-432-2563

認知症サポーター養成講座

認知症に対する正しい知識を学ぶ「認知症サポーター養成講座」の受講で、市が主催とするものと、市の出前講座（開催は随時受付）による受講が対象となります。ポイントは年に1回の受講のみ対象となります。お問い合わせは、地域包括ケア推進課へお願いします。

No.	行事名称	開催日	会場	予約	参加費	担当課・予約先
1	市が主催する「認知症サポーター養成講座」	①令和5年11月17日 ②令和6年2月22日 各回13:30～15:00	東広島イノベーションラボ　ミライノ＋	必要	不要	地域包括ケア推進課 ☎082-430-5330

【問い合わせ先】　東広島市健康福祉部　地域包括ケア推進課

〒739-8601　東広島市西条栄町８番２９号
TEL（082）420-0984　　FAX（082）426-3117