

## 大田区シニアステーション事業について

### 概要

平成28年度から、高齢者の元気維持や介護予防から最適な介護サービスへの切れ目のない支援を提供することや介護予防事業の強化・充実を図り、高齢者が元気に暮らせるよう支援していくことを目的に当事業を実施している。

現時点では馬込地区、嶺町地区、田園調布地区、千束地区、蒲田西地区、糀谷地区、羽田地区で実施している。

※令和6年12月から新たに入新井地区で開設予定。



### 利用対象者

原則大田区に居住する60歳以上の方。ただし、多世代交流等に関する事業についてはこの限りではない。

### 開館時間

原則、月～土曜日の午前9時から午後5時まで

※祝日及び12月29日から1月3日までを除く

### プログラム例

カムカム体操

ボッチャ

タオルでストレッチ&筋トレ

脳トレ体操

スポーツ吹き矢

趣味の時間（ぬり絵、折り紙等）

囲碁・将棋



カムカム体操