

区	高津区			開催状況	
名称	 笑いの健康体操(笑いヨガ) 				
公表されている連絡先	三田 幸子	電話	090-3918-3491		
開催場所	たのしい家川崎溝ノ口 交流スペース			オンライン なし	
開催日時・頻度等	奇数月第1金曜日				
カフェの特徴	【笑って元気！笑顔ひろがる健康体操です】 笑いとかんたんな体操を組み合わせた健康プログラムで椅子に座ったままでも参加できます。みんなで声を出して笑うことで心も体もリラックスします。気軽に笑って楽しい時間を一緒に過ごしましょう。				
参加費用	無料				
対象者の制限	ありません【どなたでも可】				
参加人数（1回の平均）	20～30		うち65歳以上参加人数	20名ぐらい	
協力機関・団体等	株式会社ケア21 認知症対応型共同生活介護グループホーム たのしい家川崎溝ノ口				
医療・福祉の専門職の参加					
実施主体	笑顔届ける訪問隊「笑笑キャラバン」 三田幸子				
開設時期	2026年3月～				
その他の情報 （項目にあてはまるものをチェック）	1	認知症の人が家族・友人・知人と同伴で参加できる。			☐
	2	認知症の人が単独で参加できる。			☐
	3	認知症の人の家族・友人・知人が単独で参加できる。			☐
	4	認知症サポーターが参加している。			☐
	5	地域の一般の人が、認知症を理解し（または理解しようと）参加している。			☐
	6	認知症等についての相談にのれる。			☐
	7	レクリエーションが（1）毎回 （2）時々 （3）年に数回 （4）ない			☒
	8	個人情報に配慮している。			☐
	9	調理を伴う食べ物（食事やデザート等）を提供している。			☒
	10	送迎のサービスがある。（車に関らず）			☒
	11	多世代交流ができる。			☐
	12	異文化交流がある(外国の方も一緒にどうぞ)			☐
	13	ペットと一緒に過ごすことができる。			☒
	14	ボランティアの参加を募集をしている。			☐
	15	若年性認知症の方も参加できる			☐
	16	若年性認知症の方もスタッフとして参加できる。			☐
地図 最寄りの公共交通機関等もお書きください	 地図				