

R5年度 高齢者の社会参加と生きがいづくりに向けた事業（山口市）

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「いこいの広場」	運動、健康	・在宅高齢者の憩いの場づくりを図るとともに閉じこもりによる認知症や寝たきりといった状態になることを防ぐことを目的とし、楽しいリクリエーションや脳トレや体操などを行う (市内10カ所)	通年 (週1回)	65歳以上の市内在住者	150円 別途材料費	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:					—	

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「男の生きがい教室」	運動、健康	・在宅高齢者の憩いの場づくりを図るとともに閉じこもりによる認知症や寝たきりといった状態になることを防ぐことを目的とし、楽しいリクリエーションや脳トレや体操などを行う、男性に特化した教室 (市内1カ所)	通年 (隔週)	65歳以上の市内在住の男性	150円 別途材料費	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:					—	

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「かんたん筋トレ」	運動、健康	・運動専門講師による体操教室 (市内5カ所)	通年 (隔週)	65歳以上の市内在住者	200円	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:					—	

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「かんたん体操」	運動、健康	・NPO法人スタッフによるかんたんな体操の教室 (市内4カ所)	通年 (隔週)	65歳以上の市内在住者	150円	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:					—	

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「脳トレ学校」	運動、健康	・脳トレに特化した教室 (市内1カ所)	通年 (月1回)	65歳以上の市内在住者	150円 別途材料費	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:					—	

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
ほほえみ冊子配付事業	お知らせ	ひとり暮らし高齢者及び高齢者世帯等の要援護者に対し、民生児童委員が訪問して市内ボランティア(元気な高齢者)が作成したほほえみ冊子を配布する。	通年	市内在住の70歳以上高齢者及び高齢者世帯	無料	山口市 社会福祉協議会 0581-23-1211
URL:					http://www.y-shakyo.or.jp/	

R5年度 高齢者の社会参加と生きがいづくりに向けた事業（山口市）

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
ふれあいサロン 支援事業	つながる・支えあう（地域活動、ボランティア、社会貢献など）	地域のボランティアが運営する高齢者等の交流の場である、ふれあいサロンを支援する。 【支援内容】 助成金の交付。出前講座等の実施。	通年	おおむね70歳以上の高齢者を含む地域住民	各サロンで設定	山口市 社会福祉協議会 0581-23-1211
URL: http://www.y-shakyo.or.jp/						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「月曜メンズトレーニング講座」	運動、健康	・運動専門講師による筋トレ・ストレッチ等の教室 (市内1カ所)	通年 (隔週)	65歳以上の市内在住者	200円	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「TDC(楽しいどんぐりクラブ)」	運動、健康	・歌の講師と一緒に懐かしの歌を皆で歌唱する教室 (市内1カ所)	通年 (隔週)	65歳以上の市内在住者	200円	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「まめかなクラブ」	運動、健康	・健康体操や専門職によるお役立ち講座、買い物、お出かけ、季節の行事などを通して介護予防に取り組む (市内2カ所)	通年 (週1回)	65歳以上の市内在住者	200円	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防事業 「脳を元気にする教室」	運動、健康	・認知症予防に大切な知識を学びながら、レクリエーション活動等を通じて、認知機能の維持・向上を目指す教室 (市内1カ所)	通年 (隔週)	65歳以上の市内在住者	無料	山口市 健康介護課 0581-22-6838
URL:						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
いきいき 介護予防教室	運動、健康	生活機能の維持・向上を図るとともに、市民がいきいきと生活できることを目指して、継続して介護予防に取り組むことができる教室です。音楽健康指導士の指導のもと、カラオケ機材を活用し脳トレ・筋トレ等のプログラムを組み合わせて取り組めます。	通年 (月1回)	介護予防を行いたい方	200円/回	山口市 社会福祉協議会 0581-23-1211
URL: http://www.y-shakyo.or.jp/						