

R6年度 高齢者の社会参加と生きがいづくりに向けた事業（可見市）

ジャンル:運動・健康

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
動画による オリジナル 介護予防体操	家で気軽にできる、体操の動画配信。 ①「おうちでK体操」 ②「おうちで脳トレ体操」	通年	どなたでも ご覧いただけます	無料	可見市 高齢福祉課 地域包括ケア 推進係 0574-62- 1111
URL: https://www.city.kani.lg.jp/20796.htm					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
まちかど 運動教室	市内の地区センターや地域の集会所など30 カ所37教室で、各会場月2~4回運動指導 士などの講師を派遣し、運動教室を開催。	通年	市内在住 おおむね 65歳以上の人	無料	可見市 高齢福祉課 地域包括ケア 推進係 0574-62- 1111
URL: https://www.city.kani.lg.jp/15052.htm					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
元気 はつらつ教室	サロンや老人クラブなどの通いの場に、理学 療法士が出向き、介護認知症予防について の講話や、気軽にできるK体操などを紹介し ます。	通年	高齢者サロンや 老人クラブ などの団体	無料	可見市 高齢福祉課 地域包括ケア 推進係 0574-62- 1111
URL: https://www.city.kani.lg.jp/23718.htm					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
お口 健やか教室	サロンや老人クラブなどの通いの場に、歯科 衛生士や管理栄養士が出向き、介護・認知 症予防に重要な口腔ケア・お口の体操や栄 養・食生活についてのお話しをします。	通年	高齢者サロンや 老人クラブ などの団体	無料	可見市 高齢福祉課 地域包括ケア 推進係 0574-62- 1111
URL: https://www.city.kani.lg.jp/23720.htm					