

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（大垣市）

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
市民農園 ふれあい事業	目的:農作業体験を通して、市民の健康の増進及び家族とのふれあいを図る (1)市民菜園 (おおむね15㎡/1区画) (2)高齢者健康農園 (おおむね20㎡/1区画)	通年	農地を所有していない者 (市内在住) (2)は60歳以上の者	(1)4,190円 (2)2,090円	大垣市 農林課 農政グループ 0584-47-8624
URL: https://www.city.ogaki.lg.jp/0000001238.html					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
笑・話・歯 動場	地域の人々が楽しく集まり、話や体操を行う場を定期的で開催し、閉じこもり予防や健康の保持増進、情報交換および運動習慣の確立を目指す。 保健師・理学療法士・歯科衛生士・管理栄養士・外部講師(医師・歯科医師・看護師・薬剤師・スポーツクラブインストラクター・認知症疾患医療センター・地域包括支援センター)による講話、体操を実施。	通年 (全19会場、 月1回ずつ)	65歳以上 (市内在住)	無料	大垣市 保健センター 0584-75-2322
URL: —					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
体びんびん 教室	介護予防についての学習を継続的に行い、日常生活に運動を習慣づけるための通いの場づくりを支援する。 体力測定、血圧測定、講話(ロコモ・フレイル予防、口腔ケア、低栄養予防等)、体操を実施。 保健センター職員の介入は初めの数回。その後は自主活動への移行・継続を支援する。	通年	65歳以上 (市内在住)で 構成された 概ね5人以上 の団体	無料	大垣市 保健センター 0584-75-2322
URL: —					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
シルバー リハビリ体操 指導士 養成講座	住民主体の介護予防教室を幅広く展開するため、いつでも、どこでも、ひとりでもできるシルバーリハビリ体操ができる人材を育成する。 体操に係わる身体の仕組み、シルバーリハビリ体操の効果・指導方法についての講義を実施。	6~9月 (年度によって 異なる)	① 常勤の職をもっていない 50歳以上の人 (市内在住) ② 地域で 体操普及の ボランティア 活動ができる人	無料	大垣市 保健センター 0584-75-2322
URL: —					

R6年度 高齢者の社会参加と生きがいのづくりに向けた事業（大垣市）

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
ヘルスマイト養成講座	食生活改善推進員（ヘルスマイト）として、ボランティア精神で地域の人々の健康が保持増進できるように普及活動のできる者を養成する。 健康づくりの講義と生活習慣病予防のための調理実習を行う。	9～11月	市内在住	2,000円	大垣市 保健センター 0584-75-2322
URL:				—	

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
上石津地域公民館講座	≪「学ぶ・楽しむ」より再掲≫ 各種講座を開き、地域住民の教養の向上、健康の増進、情操の純化を図り、生活文化の振興、社会福祉の増進に寄与 【講座】 ヨガ教室や体操教室など各公民館で実施する講座は異なり、講座内容については各公民館に確認	5月～2月	市内在住	講座によって異なり 900円～ 3,000円	①牧田公民館 0584-47-2521 ②一之瀬公民館 0584-47-2300 ③多良公民館 0584-45-3111 ④時公民館 0584-45-3001
URL:				—	

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
若森会館講座	≪「学ぶ・楽しむ」より再掲≫ 各種講座を開き、地域住民の交流を深めつつ、幅広い知識を身につけ、健全な地域社会を構築 【講座】 気功講座	(前期) 4月～9月 (後期) 10月～3月	市内在住	無料	若森会館 0584-74-9450
URL:				—	

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
地区センター自主事業	≪「学ぶ・楽しむ」より再掲≫ 各地域の地区センターで主に高齢者を対象とした各種事業を実施 体操教室、食育教室など様々な内容（地区センターにより異なる）	事業により異なる	限定無し （高齢者が中心）	事業により異なる	各地区センター
URL:				http://www.city.ogaki.lg.jp/category/2-12-2-0-0.html	

R6年度 高齢者の社会参加と生きがいをづくりに向けた事業（大垣市）

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
高齢者の食育講座「つるかめキッチン」	料理初心者の高齢者に調理の基本を伝え、食の自立を支援する。 自立した食生活を送るための生活術の講話と食材の切り方などの調理の基本を実践する。	10~11月	65歳以上の調理初心者の男性（市内在住）	無料	大垣市保健センター 0584-75-2322
		URL: —			

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
いきいきeスポーツ体験会 eスポーツで健康づくり	eスポーツのルールや操作の学びを通じて、eスポーツに気軽に触れ、楽しめる体験会。	随時	主にシニアの方	無料	大垣市情報工房 0584-75-7000
		URL: https://www.johokobo.com/ict/			

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
老人福祉センターの運営 ・健康相談 ・機能回復訓練 ・運動 ・老人クラブに対する援助など	地域の高齢者(60歳以上)に対し、各種相談に応じるとともに介護予防教室や体操、ヨガ等の活動の場を提供する。 各施設にはお風呂も設置されており、無料で入浴もしていただける。	通年	60歳以上の市内在住者	無料 (活動内容により必要になる場合がある)	①大垣市老人福祉センター 0584-73-5002 ②大垣市上石津老人福祉センター 0584-46-3301 ③大垣市墨俣老人福祉センター 0584-62-3116 ④大垣市かたらいプラザ 0584-71-2211 指定管理者 ①②③大垣市社会福祉協議会 ④大垣市社会福祉事業団
		①②③URL: https://www.ogakishakyo.or.jp/oldcenter/			
		④URL: https://ogaki-fukushi.jp/facility_detail.html?02-0000=0002&03-0000=0010			