

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（揖斐川町）

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
ラクラク健康づくり教室事業	65歳以上の高齢者対象の健康づくりの教室です。 軽スポーツやストレッチ・軽体操などで楽しく体を動かしながら、体力の維持増進・仲間づくりを支援します。	5月～3月 3期制 週1回 (1期10回)	町内在住優先	4,000円	揖斐川町 社会教育課 (揖斐川健康 広場)0585- 21-3100
URL: <a href="https://www.town.ibigawa.lg.jp/0000000069.html">https://www.town.ibigawa.lg.jp/0000000069.html</a>					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
おたっしや教室 (介護予防事業)	町内11地区14会場にて、月1～2回、1時間30分、運動機能向上を中心に、口腔機能向上もあわせたプログラムを実施。 山間部は送迎付き。 教室の定員は15～30人程度。 登録申請(緊急連絡先把握のため)。	4月～3月	町内在住 65歳以上	無料	揖斐川町地域 包括支援セン ター 0585-23- 1341
URL: —					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
青春塾 (介護予防事業)	近隣8カ所の介護サービス事業所に委託。 週1回、送迎つきで1時間30分以上の教室。 運動器機能向上、栄養改善など事業所ごとに特色のある内容を提供。 昼食の有無等にて参加費用が異なる。 定員は5～10名程度。 半年に1度、個別評価あり。	4月～3月	町内在住の65歳以上の方、かつ基本チェックリストに該当し、主治医の参加意見書にて参加が可能であると判断された方	300円 ～1000円 程度	揖斐川町地域 包括支援セン ター 0585-23- 1341
URL: —					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
健幸ポイント事業	町民一人ひとりの健康づくりに関する取組を推進し、健康意識の向上につなげ、揖斐川町の医療費の抑制と健康寿命の更なる延伸を目指すことを目的として実施する。 健(検)診や健康教室等に参加することで目標ポイントを貯めて応募する。	通年	町内在住	無料	揖斐川保健セ ンター 0585-23- 1511
URL: <a href="https://www.town.ibigawa.lg.jp/0000010703.html">https://www.town.ibigawa.lg.jp/0000010703.html</a>					

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（揖斐川町）

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
ノルディック ウォーキング 教室	ノルディック・ウォーキングの体験を通して、自らの健康の維持・向上につなげることができる。 地域においてノルディック・ウォーキングの自主的活動へのきっかけづくりとなることができる。	未定	町内在住	無料	揖斐川保健センター 0585-23-1511
		URL:		—	