

R5年度 高齢者の社会参加と生きがいつくりに向けた事業（各務原市）

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
シニア文化祭	イベント	シニア文化祭とは、2月の恒例行事であるが、会場の都合で今年度は1月10日～2月16日まで開催される。 この期間は各種大会や催しがあり、シニアの皆さんが日頃の活動や練習の成果を発揮する場となっている。 「シニア作品展」は、書・手工芸品・水墨画・写真・絵画・パッチワークなどが、展示される。 この他に「寿演芸会」、「交歓芸能大会」、「囲碁将棋大会」、「俳句互選会」が行われる。	令和6年 1月10日～ 2月16日	高齢者趣味のクラブに登録された クラブサークルの 60歳以上の方	無料	高齢福祉課 高齢福祉係 058-383-1779
			URL: —			

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
運転免許証 自主返納 支援事業	補助制度	運転免許返納後の公共交通でのお出かけのきっかけづくりのために、運転免許証自主返納者を対象に、交通系ICカード3000円分（manaca/TOICA/ayucaから1枚選択）を1人1回限り配付	随時	次のいずれにも該当する方 1.各務原市の住民基本台帳に記載されている方 2.平成27年10月1日以降に運転免許証を自主返納した方 3.取消通知書の発行から1年以内の方	無料	商工振興課 058-383-9912
			URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/life/bousai/1001255/kotsu/1009317.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/life/bousai/1001255/kotsu/1009317.html</a>			

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
チョイソコ事業	その他	タクシー車両を活用したデマンド型交通サービスの拡充を図り、利便性を高めるとともに、会員登録者向けの定期的な情報発信や事業に参画する地域事業者等と連携したお出かけ促進を企画・実施	R2年10月～	どなたでも ご利用いただけます (会員登録が必要)	乗車料金が 必要	商工振興課 058-383-9912
			URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/life/kotsu/1009214/1009284.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/life/kotsu/1009214/1009284.html</a>			

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
各務原市 生涯学習 登録講師	つながる・支えあう（地域活動、ボランティア、社会貢献など）	特技や知識・経験を地域で活かしていただくための登録制度です。 市民から要望があった場合に講師の紹介を行います。また、出前講座の設定もできます。 登録されると、講師の紹介冊子（年1回発行）や市公式ウェブサイト内の「登録リスト」で広報を行います。	通年	各務原市内に在住・在勤・在学の方、 市にゆかりのある方、 各務原市で活動している 団体、 主に各務原市民で構成されている団体	無料	いきいき楽習課 いきいき習係 058-383-1210
			URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kankobunka/shougaiyakushu/1009345.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kankobunka/shougaiyakushu/1009345.html</a>			

R5年度 高齢者の社会参加と生きがいつくりに向けた事業（各務原市）

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
まちづくり活動助成事業	補助制度	<p>市民が知恵を出し合い、力を合わせて行う、市民によるまちづくり活動の促進とNPO や市民活動団体の成長を目的に団体が行うまちづくり活動や事業に要する経費の一部を助成するもの。</p> <p>助成金は2種類あり、団体の設立年数で決まる。</p> <p>申請できるのは、年度内に1団体1事業1回まで。</p> <p>(1)スタート助成(設立後3年未満の団体)</p> <p>①助成率 1年目:3分の2以内、2年目:3分の1以内</p> <p>②助成限度額 1年目:100,000円、2年目:50,000円</p> <p>(2)まちづくり助成(設立後3年以上の団体)</p> <p>①助成率 1年目:3分の2以内、2年目:3分の1以内</p> <p>②助成限度額 1年目:300,000円、2年目:150,000円</p>	募集期間 R5年 10月10日～ 12月27日	<p>助成金の交付を受けることができる者は、次に掲げる要件のいずれにも該当するものとする。</p> <p>(1)各務原市内でまちづくり活動を行うこと。</p> <p>(2)定款、規約又は会則を有すること。</p> <p>(3)各務原市内に在住、在勤又は在学をする市民が5人以上の構成員を有すること。</p> <p>(4)NPO法人の場合は、主たる事務所が各務原市内にあること。</p>	無料	まちづくり推進課 (058-383-1997)
URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/life/shiminsanka/1001857/1001859/1001861/1001862.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/life/shiminsanka/1001857/1001859/1001861/1001862.html</a>						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
パークレンジャー活動推進事業	つながる・支えあう(地域活動、ボランティア、社会貢献など)	<p>緑豊かな街づくりを市民協働で行うため、パークレンジャー制度の推進及びボランティアの支援等を行うものである。</p> <p>&lt;内容&gt; パークレンジャー認定、パークレンジャー帽子貸与各務原市まちづくり活動補償制度に加入</p>	随時	市内の公園などの緑化、清掃等をボランティアで行う市民団体	無料	河川公園課 公園活用係 058-383-1533 tkoen@city.kakamigahara.gifu.jp
URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/shisei/shisaku/1008207/1008331/1008346.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/shisei/shisaku/1008207/1008331/1008346.html</a>						

事業名	区分	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フレイル予防体操	運動、健康	<p>生活不活発によりフレイルを進行をさせないための動画配信</p> <p>・「各務原にんじんフレイル予防体操」 ・「座って！各務原にんじんフレイル予防体操」</p>	常時	どなたでもご覧いただけます	無料	高齢福祉課 健康長寿係 058-383-7258
URL①: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1OoEijXaDPcQ">https://www.youtube.com/watch?v=1OoEijXaDPcQ</a> URL②: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cTaW0D0hHXA">https://www.youtube.com/watch?v=cTaW0D0hHXA</a>						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
動画によるフレイル予防クッキング教室	運動、健康	<p>自宅に居ながら簡単に栄養価の高いフレイル予防メニュー(おやつ)を作れるレシピ動画の配信 (市ウェブサイトにもレシピPDFも掲載)</p>	常時	どなたでもご覧いただけます	無料	高齢福祉課 健康長寿係 058-383-7258
URL①: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=oevZpyQJSM8">https://www.youtube.com/watch?v=oevZpyQJSM8</a> URL②: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1002531.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1002531.html</a>						

R5年度 高齢者の社会参加と生きがいつくりに向けた事業（各務原市）

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
介護予防教室	運動、健康	市内の公共施設を会場として、気軽に・楽しみながら参加できる介護予防教室(3種類)を開催。 教室の定員は20人～45人程度。 事前申込制、1クール6回で年3クール実施 ①運動を内容とする「らくらく体操ひろば」 （市内5カ所） ②音楽を使って体を動かす「いきいきリズム教室」 （市内4カ所） ③認知機能の維持・低下防止を目的とした「脳のパワーアップ教室」 （市内2カ所）	「脳のパワーアップ」 R5年5月～  「らくらく体操ひろば」・「リズムでいきいき教室」 R5年6月～	市内在住	無料	高齢福祉課 健康長寿係 058-383-7258
URL①: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1011130.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1011130.html</a>						
URL②: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1011131.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1011131.html</a>						
URL③: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1011137.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1011137.html</a>						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
動画による介護予防教室	運動、健康	タイトル「こうれいふくこの介護予防3カ月チャレンジ!!」 自宅でも気軽に体を動かしたり、介護予防を学ぶ機会を提供するため、5回シリーズ(各回10分程度)の動画を随時配信。 運動・栄養・お口の健康を内容としており、3カ月で楽しみながら取り組む。	常時	どなたでもご覧いただけます	無料	高齢福祉課 健康長寿係 058-383-7258
URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1002532.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1002532.html</a>						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
動画による介護予防教室	運動、健康	タイトル「ふくことフクオのフレイル予防 さらに3カ月チャレンジ!!」 自宅で気軽に運動・栄養・口腔ケア・脳のトレーニングを楽しんでもらうため、12回シリーズ(各回5分程度)の動画を配信。 3カ月で楽しみながら取り組む。 「こうれいふくこの介護予防3カ月チャレンジ!!」の第2弾。 2つのプログラムに取り組むことで、半年間のフレイル予防プログラムが完成する。	常時	どなたでもご覧いただけます	無料	高齢福祉課 健康長寿係 058-383-7258
URL: <a href="https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1009251.html">https://www.city.kakamigahara.lg.jp/kenkofukushi/koureisha/1002527/1009251.html</a>						

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
高齢者等団体向け介護予防教育事業	運動、健康	高齢者団体などを対象に、地域での集まりに講師を派遣する介護予防教育(4種類)を実施。 5月～6月に案内文書を送付し、派遣依頼のあった団体に派遣する(1団体10人～30人程度)。 ・運動を内容とした「体から始まる健康教室」 ・オーラルフレイルの予防を内容とした「お口から始まる健康教室」 ・食を通じたフレイル予防を内容とした「ハツラツシニアの栄養教室」 ・運動機能等の向上を内容とした「リハビリテーション専門職によるフレイル予防教室」	R5年7月～ R6年2月	市内のシニアクラブ、ボランティアハウス、近隣ケアグループ など	無料	高齢福祉課 健康長寿係 058-383-7258
URL: —						

R5年度 高齢者の社会参加と生きがいつくりに向けた事業（各務原市）

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
生活支援サポーター養成研修	つながる・支えあう（地域活動、ボランティア、社会貢献など）	生活支援サービスを行う担い手「生活支援サポーター」を養成し、訪問介護事業所や地域の支え合い活動で活躍する人材の育成を目的とする。 ・4日間（2日座学、1日実習、1日修了式）の研修を年2回開催 ・1回あたり定員40名 ・「生活支援に必要な知識、技術」等の内容	未定	・市内の訪問介護事業所で働きたい方 ・地域の支え合い活動に興味がある方 ・生活支援の知識を習得したい方	無料	高齢福祉課 地域包括ケア推進室 058-383-2124
			URL: —			

事業名	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
ささえあいつくり講座	つながる・支えあう（地域活動、ボランティア、社会貢献など）	住民が主体となり地域の支え合い活動を行う意義を知っていただき、支え合い活動に踏み出すきっかけを作ることが目的とする。 ・半日間（座学）の研修を年1回程度開催 ・1回あたり定員20名程度 ・「支え合い活動の取組みについて」等の内容	未定	市内在住の方	無料	高齢福祉課 地域包括ケア推進室 058-383-2124
			URL: —			

事業名等	区分	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
出張！クラブサークル	学ぶ・楽しむ（生涯学習講座、研修、趣味活動など）	クラブ・サークル活動の活性化を図るとともに、学びの成果を発表する機会を通して、地域活動を必要とする方とのマッチングを推進する。	随時	各務原市で活動している団体、主に各務原市民で構成されている団体	無料	いきいき楽習課 いきいき習係 058-383-1210
			URL: —			