

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（岐南町）

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
キラリ若返り講座	運動、栄養、口腔などの介護予防の知識の普及啓発と、認知症予防に重点を置いた介護予防講座を開催している。	4月～3月 (1回/月)	65歳以上の 町内在住の方	無料	岐南町 地域包括支援センター 058-247-1312
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/1223.htm					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
運動 自主サロン かがやき体操	中央公民館の講堂で、住民(介護予防サポーター)が中心となり、筋トレや脳トレ等の体操を行う。 申込み不要。 直接会場へお越しください。 直接会場である中央公民館 講堂へお越しください。(岐南町八剣7-107)	4月～3月 火曜日 (2回/月) 13時30分～ 14時30分	65歳以上の 町内在住の方	無料	岐南町 地域包括支援センター 058-247-1312
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/1222.htm					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
運動 自主サロン たんぽぽ	やすらぎ苑で住民(介護予防サポーター)が中心となり、筋トレや脳トレ等の体操を行う。 申込み不要。 直接会場であるやすらぎ苑へお越しください。(岐南町野中8-75)	4月～3月 (2回/月) 水曜日 13時30分 ～15時	65歳以上の 町内在住の方	協力金 100円	岐南町 地域包括支援センター 058-247-1312
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/1222.htm					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
運動 自主サロン ひまわり	くつろぎ苑で、住民(介護予防サポーター)が中心となり、筋トレや脳トレ等の体操を行う。 申込み不要。 直接会場であるくつろぎ苑へお越しください。(岐南町徳田4-71)	4月～3月 木曜日 (2回/月) 13時30分 ～15時	65歳以上の 町内在住の方	無料	岐南町 地域包括支援センター 058-247-1312
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/1222.htm					

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（岐南町）

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
健康講座 健康習慣で 軽やかに 動ける 体づくり (ストレッチ 編)	元気に歩ける身体づくりに向けて、ストレッチや筋力トレーニングを取り入れた楽しく身体を動かせる健康講座を開催する。 ストレッチ、筋力トレーニングを通して、健康的な身体を作り、健康長寿を目指します。	4月～3月 (1回/月)	町内在住の方	無料	岐南町 健康推進課 058-247- 1321
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/secure/3729/kenkou.kourei.pdf					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
健康講座 心と体が整う 骨盤ケア (エクササイズ 編)	元気に歩ける身体づくりに向けて、ストレッチや筋力トレーニングを取り入れた楽しく身体を動かせる健康講座を開催する。 身体フレームである骨を整えて、痛みのない引き締まった体を一緒につくります。	4月～3月 (1回/月)	町内在住の方	無料	岐南町 健康推進課 058-247- 1321
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/secure/3729/kenkou.wakamono.pdf					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
生きがい 福祉促進 事業 老人体育 大会及び グラウンド ゴルフ大会	高齢者の生きがいのづくりに向けて、老人体育大会、及びグラウンドゴルフ大会を開催する。	5月～11月	60歳以上の 町内在住の方	無料	岐南町福祉課 058-247- 1348 (委託先) 岐南町社会 福祉協議会 058-240- 2100
URL: https://www.ginan-shakyo.jp					