

R7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
生きがい講座 「キラリ☆ サイハル」	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					

R7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
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/3361.htm					

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	高齢者の生きがいづくりのために、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					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
町民ペタンク 大会	軽スポーツを通し、参加者相互の交流と親睦を図り、健康増進や体力づくりに寄与するとともにペタンク競技の健全な普及を目的として町民ペタンク大会を開催します。	3月	町民 (在住・在勤・在学 者含む)	無料	岐南町 生涯学習課 058-247-1334
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/5251.htm					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
健康づくり 教室	ねんりんピック岐阜2025キンボールスポーツ大会(ふれあいレク大会)に合わせ、健康づくり教室を同時開催します。血管や体組成など機会を用いて測定します。	10/18(土)	だれでも参加可	無料	岐南町福祉 課 058-247-1348
URL: https://www.town.ginan.lg.jp/5317.htm					

R7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

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
クラブ・サークル	学術及び文化・教養の向上を図ることを目的として、クラブ・サークル活動の支援を行っています。 手工芸、書道、絵画、書、ダンスなど様々なジャンルのクラブ・サークルが活動しています。	4月～3月	町内在住・在勤者を半数以上	会費あり	岐南町 生涯学習課 （中央公民館） 058-247-1334
URL:					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
自主講座	趣味活動等で学んだ経験を活かすために、住民の方が講師となって自主講座を開催します。 自主講座からクラブ・サークル化ができるように支援します。	4月～3月	町内在住・在勤者を半数以上	受講料あり	岐南町 生涯学習課 （中央公民館） 058-247-1334 （各講座の代表者）
URL:					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
公民館講座	学術及び文化・教養の向上を図ることを目的として各種講座を開催します。	4月～3月	町内在住・在勤者	受講料あり	岐南町 生涯学習課 （中央公民館） 058-247-1334
URL:					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
脳いきいき健康チェック	「脳の老化は30代から始まる!～10分でできる記憶力チェック～」 最近、もの忘れが気になりますか？ チェック内容は、10個の単語を覚える、仲間はずれを見つける等で、元気な頃から定期的にチェックし、ライフスタイルを見直してみましょう。	通年 （随時）	40歳以上	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/1224.htm					