

小浜市 通いの場 事例紹介

名称

いきいき百歳体操サークル

開催場所

区集会所、地区公民館

開催日時

月1~2回 1時間程度

参加人数

各会場 約10~20人

主催者（運営主体）

区、地区の老人クラブ有志、ふれあいサロン等

活動内容

いきいき百歳体操
レクリエーション等

活動費助成

小浜市集いの場づくり支援モデル事業

- ・平成29年度から開始したモデル事業
- ・いきいき百歳体操に年間12回以上取り組もうとする団体に対し、体操を実施するために必要な備品の購入費の一部を助成
- ・助成金額 上限3万円
- ・助成対象 DVDプレーヤー、椅子、テレビ等
- ・平成29年度は5団体、平成30年度は4団体に助成。令和元年度は1団体に助成
- ・体操講師の派遣と必要物品の貸出もしている。

活動にあたって工夫していること

- ・年に1回程度、交流会を開催し、体操の後に、みんなで昼食を一緒にとったりしている。
- ・いきいき百歳体操以外にも、ふく福ハッピー体操など様々な体操にも積極的に取り組んでいる。



問い合わせ先： 小浜市地域包括支援センター TEL 0770-64-6015