

令和元年 7月17日

高齢者の生きがいくりと健康増進を応援します！ ～ 高齢者元気アップ事業 スタート！ ～

今年度からスタートした『健都ふくしま創造事業』の三本柱のひとつ「地域の健康づくり」を推進するため、高齢者を対象とした、生きがいくりと健康増進を応援する「高齢者元気アップ事業」を実施しています。

記

1. ニュースポーツ用具交流イベントの開催

貸出し用として整備したニュースポーツ用具を紹介し普及促進を図るため、パラリンピックの競技でもある「ボッチャ」の講習会（市老人クラブ会員が対象）と地区別対抗戦を開催します。

（１）お披露目及び「ボッチャ」講習会

日 時：令和元年7月24日（水）午前10時～

場 所：もちずり学習センター 2階 ホール

講 師：公益社団法人福島県障がい者スポーツ協会

参加者：福島市老人クラブ連合会 会員 約30名

※ニュースポーツ用具の整備状況は、HPにて公開いたします。

・整備用具：ボッチャ、クロリティー、ユニカール、カローリング

（２）地区別対抗戦

日 時：令和元年11月9日（土）午前9時30分～午後3時

場 所：十六沼公園体育館

・ボッチャの地区別対抗戦

・パラリンピアンとの交流（予定）

・ニュースポーツ体験コーナー

2. ICTお達人講座の開催

インスタグラムの使い方や効果的な写真の撮り方を体験し、高齢者の生きがいと地域活動の活性化を図る全4回（各回定員20人）の講座を開催します。

第1回目 7月18・19日 北信学習センター（参加受け付け中）

第2回目 8月28・29日 吾妻学習センター（8月8日に受付開始）

第3回・4回目は、10月、11月に開催予定

3. いきいきももりん体操伝道師の育成事業

いきいきももりん体操※サポーター研修会受講者から希望者を募集し「伝道師の養成講座」（令和元年10月から全5回）を開催します。伝道師により、地域で取り組む介護予防（健康づくり）などの普及を進めます。

※いきいきももりん体操：福島市版介護予防体操

137団体、2417人（令和元年5月末現在）が取り組んでいる

担当：長寿福祉課 長寿福祉係
課長 本田、係長 守山
電話 024-525-7656（直通）