

令和4年度 高齢者健康づくり（介護予防）ポイント事業（試行）対象事業一覧

※各事業の詳細は、表中の「問合せ先」にお尋ねください。

1. 長寿支援課主催（共催・委託）の介護予防に資する事業

事業名	開催月・時間等	主な開催場所	問合せ先・TEL
すこやか教室 （運動器機能向上教室）	8～11月、2月（全11回） 11～2月、3月（全11回）※3月はポイント対象外	市役所 北別館 人権教育啓発センター	長寿支援課 地域包括支援係 72-2111 内線 455,456,457
介護予防音楽サロン教室	5～8月（全12回）	小郡コミセン	
	8～11月（全12回）	三国コミセン	
	11～2月（全12回）	のぞみが丘コミセン	
ケア・トランポリン健康運動教室	6～2月（全32回）	御原コミセン	
サロン推進員養成講座	5～7月（全8回）	あすてらす	
若返り健康ストレッチング教室	8～9月（全8回）	文化会館 小ホール	
	10～11月（全8回）	シルバー人材センター	
介護予防運動教室「なごやか」	5～3月（全19回）※5、3月はポイント対象外	シルバー人材センター	
転倒予防体操教室	7～2月（全13回）	小郡市教育センター	
マッスルスーツ講座	詳細未定	詳細未定	

2. 健康課主催（共催・委託）の介護予防に資する事業

事業名	開催月・時間等	主な開催場所	問合せ先・TEL
健康運動リーダー研修（健康運動リーダーのみ）	7月、2月	総合保健福祉センター あすてらす	健康課 健康推進係 （あすてらす内） 72-6666 内線 733,734
健康運動リーダー養成講座	10月毎週火曜 11月第1,2,3火曜（全7回）		
小郡市健康を守る母の会のボランティア活動 （健母の会会員のみのみ）※一部事業	7月～		
食生活改善推進員養成講座	10月～3月（全10回）※3月はポイント対象外		

3. ①コミュニティセンター等主催（共催）の介護予防に資する事業

②高齢者の保健事業と介護予防の一体的事業（はつらつ長寿プロジェクト）

事業名	開催月・時間等	主な開催場所(場所)、問合せ先(問)	TEL
健康講座	7、9、10、1月 13時30分～15時	小郡コミセン	72-2846
歩け歩け大会	11月開始		
大原寺子屋「脳と体のエクササイズ・ コグニサイズを体験しよう！」	7月 10～11時30分	場所：大原コミセン 問：長寿支援課地域包括支援係	42-6710 72-2111
健康サロン	7～11月 10～12時	大原コミセン	42-6710
歩こうよ	10月開始		
大原カフェ	9月～第2土曜 10～12時		
ウォーキング講座	4月～毎月第3水曜 10～11時30分	場所、問：東野コミセン (問：長寿支援課地域包括支援係)	75-7066 (72-2111)
ひまわりカフェ	4月～毎月第2・4火曜 13～16時	東野コミセン	75-7066
歴史で健康脳トレ	5、6月、9～12月第1月曜		
生き生きくらしのセミナー	6月～ 毎月第1金曜 10～11時30分		
健康づくりサロン	7～3月 13時30分～15時 毎月第1水曜、第4月曜	場所：三国コミセン 問：長寿支援課地域包括支援係	75-3392 72-2111
三国カフェ（運営ボランティアの活動のみ）	7月～ 毎月第2火曜 10:00～15:00	三国コミセン	75-3392
ほっとプレイス	4月～毎月水曜 10～11時30分	のぞみコミセン	75-6607
脳活麻雀【のぞみ流】	4月～毎月第2・4土曜 13～16時		
フレイル予防教室	8～10月 第2・4火曜 10～11時30分	立石コミセン	73-2768
健康講座「脳トレ教室」	7月～第2・4水曜 10～11時30分		
くろつちセミナー	9月～第3火曜 10～12時		
歩け歩け大会	11月開始	御原コミセン	72-9038
げんきかい	4月～ 第2水曜 10～12時		
みはらカフェ	6月～偶数月 第4金曜 9時30分～11時30分 10月のみ 第3金曜		
男の料理教室	5月～奇数月 第2木曜 10～13時	味坂コミセン	73-3858
健康教室	7、9、11、1月 10～11時30分		

4. 社会福祉協議会主催の介護予防に資する事業

事業名	開催月・時間等	主な開催場所	問合せ先・TEL
福祉レクリエーションボランティア講座	9月～ 7回開催	あすてらす	社会福祉協議会 73-1120
おごおりレク健康隊派遣事業のボランティア活動（レク健康隊のみ）	4月～	市内全域	

5. 老人クラブ連合会（市老連・校区老連）主催の介護予防に資する事業

事業名	開催月・時間等	主な開催場所	問合せ先・TEL
高齢者運動会、折り紙・健康体操教室、ダーツ大会、囲碁将棋大会、踊り・健康体操教室、グラウンドゴルフ大会（市・校区老連主催）、ベタンク大会	4月～	運動公園、地域運動広場 等	老人クラブ連合会 73-2595

※3月実施分はポイント対象外です。 ※ポイント対象事業は、随時更新します。