

## 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
- ・令和4年度までに17団体、令和5年度は5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。
- ・いきいき百歳体操に加え、脳トレ・茶話会を取り入れ、集いの場として活用している。

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