



SDGs × 福祉会館

福祉会館は、市内に6館あります。市民活動のため、施設の貸し出しを行っているほかに、市民の皆さんの健康と福祉のために様々な事業を行い、幅広い年齢層の方々にご利用いただいています。今回は福祉会館で開催している高齢者事業や子育て支援事業、そして、令和4年度から開始したフレイル予防事業について紹介します。

おたっしやハウス(健康増進事業)

概ね65歳以上の市民の皆さんを対象に週1回開催しています。健康体操やストレッチなどを行い、各館、大盛況の人気事業です。午前は健康体操を行い、午後はカラオケなど自由な時間を楽しんでいただいています。

親子ふれあい遊び(子育て支援事業)

満1歳から就園前までのお子さんと保護者のふれあい遊びの場です。体操や手遊び、絵本の読み聞かせなどを楽しみます。

コミュニティサロン(介護予防事業)

65歳以上の一人暮らしの方等を対象に週1回開催しています。サロンバスで自宅付近からの送迎もあり、軽い体操やレクリエーションを行っています。昼食時間は、おいしいお弁当を食べておしゃべりを楽しんでいただいています。

アクティブシニア倶楽部(フレイル予防事業)

概ね60歳以上の市民の皆さんを対象に講習を行っています。フレイル(心身の虚弱状態)を予防するための3つのポイント「栄養」「運動」「社会参加」について、それぞれの専門分野の講師から学んでいます。

内容は、フレイル・介護予防を主軸とした医療専門職による健康づくりの講義と実習及び仲間づくり、地域づくりのための講義と実習、また交流の場や情報の提供をしています。

市内の6福祉会館

- ◆ 東部福祉会館 (米野木町)
- ◆ 南部福祉会館 (折戸町)
- ◆ 相野山福祉会館 (北新町)
- ◆ 岩崎台・香久山福祉会館 (香久山)
- ◆ 北部福祉会館 (岩崎町)
- ◆ 西部福祉会館 (赤池町)

