

別紙 No.36資料

高齢者活動支援センター敬老の日イベント・介護予防認知症予防事業実績(令和5年度～令和7年度)

事業名	内容		令和5年度	令和6年度	令和7年度
敬老の日イベント	○5年度 リラックスチェア、水引講座 ○6年度 ウォーキング講座、 ハーバリウム講座 ○7年度 シルバーサンクス料理教室、 はじめてのタッチケア	開催回数	1	1	1
		参加人数	82	53	45
親子孫・3世代料理教室	祖父母と子供、孫と一緒に料理をしながら世代交流をする。	開催回数	3	3	2
		参加人数	78	83	59
男性料理教室	一人暮らしでも簡単な調理技術を取得できるように具体的な調理方法やバランスの良い食事について学び、参加者同士の交流もする。	開催回数	3	3	3
		参加人数	81	64	75
うたごえサロン	懐かしの昭和歌謡・童謡をピアノなどの音色に合わせて合唱する。歌いながら体を動かして体、心、脳の元気を目指す。	開催回数	5	6	6
		参加人数	285	372	418
シニアヨガ教室	ヨガを通して筋力向上とともに関節の可動域を広げ、転びにくいからだを作る。	開催回数	6	6	6
		参加人数	84	86	91
チェアヨガ教室	ヨガを通して筋力向上を目指す。いすを使用して行うので足の悪い方、体が硬い方も参加できる。	開催回数	6	6	6
		参加人数	51	87	90
コグニサイズ～脳トレ健康体操～	コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせた新しいエクササイズ。簡単な計算などの課題と運動を共に行う。	開催回数	6	6	—
		参加人数	91	100	—
マクラメ手芸講座	指先を動かしてマクラメ手芸を作る。マクラメ手芸教室を通して、仲間作りにつなげる。	開催回数	3	3	3
		参加人数	72	76	85
羊毛フェルト	ニードルを使い指先を通して羊毛フェルトの作品をつくる。同世代の方との交流、仲間づくりにもつなげる。	開催回数	3	3	3
		参加人数	81	84	82
ペン習字講座	手を使い集中してきれいに字を書くことで脳の活性化を図る。講座を通して参加者の交流、仲間づくりにつなげる。	開催回数	1	1	1
		参加人数	14	14	13
水引講座	指先を動かして水引飾りを作る。水引飾り作成を通して参加者の交流をする。	開催回数	2	2	2
		参加人数	44	52	37
おりがみサロン	手や指先を使い、考えながら折ることで脳の活性化を図る。講座を通して参加者の交流、仲間作りにつなげる。	開催回数	2	2	2
		参加人数	28	30	29
しめ縄づくり(特別企画)	玄関先に飾れるしめ縄づくり。	開催回数	—	1	—
		参加人数	—	30	—