

# 土橋巫女舞保存会



- ・事業名→巫女舞保存会活動を通じて青少年の健全育成と地域活性化を図る。
- ・主な活動場所→土橋自治区、竜神地区

## 1. 事業目的

- ・地域の伝統文化である「巫女舞」保存会活動推進により幅広い世代間、団体間での交流を促し、地域の協力を得て、次世代へ巫女舞文化の継承をはかると共に青少年の健全育成、地域の町づくりに寄与する。

## 2. 活動内容（・定例会：1回/毎月 ・主な行事を下記に示す）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
夏休み 巫女舞体験会			★ 区民夏祭り 巫女舞披露	★ 竜神サロン巫 女舞披露	★	★ 敬老会 巫女舞披露			秋のお祭り 巫女舞披露

## 3. 本年度活動成果

### 1) 会員の巫女舞講習会受講

→巫女舞指導の体制整備と  
自立化

### 2) 竜神サロンでの巫女舞披露

→活動範囲の拡大

### 3) 中学生のボランティア

活動の場の創生

→竜神中学校のHP掲載

→青少年の健全育成

## 4. 活動状況写真

### 1) 夏休み体験会 7月28日～7月31日



### 2) 区民夏祭り 8月2日



### 3) 竜神サロン 8月27日



### 4) 敬老会 9月6日



### 5) 秋のお祭り巫女舞披露10月12日



### 6) 竜神中学校ホームページ



## 竹村を明るくする会

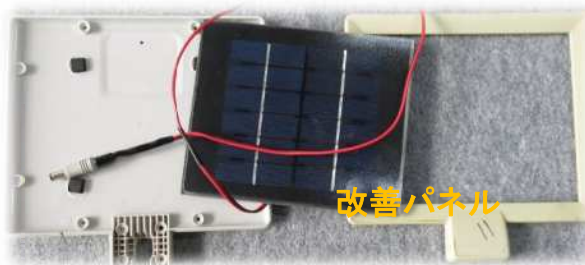
7年前に設置した200台のセンサーライトを管理して竹村地区の安全を守り続ける。

### 今年度の活動内容

- ①学校の生徒たちの点検結果を受けて、月2回不具合機の修理を続けた。
- ②パネルを分解して配線を換え故障がなく角度固定のパネルに改造中。  
(約15%完了)

### 活動成果・課題

- ①ライトとパネルの改造効果により故障が激減してきた
- ②工科高校との技術交流会定着により学校側の意識もより向上してきた。



# 土橋 JSC

## Junior Sports Culture Club

### ジュニア スポーツ カルチャー クラブ

**事業名** 土橋小学校の授業後のクラブ活動運営事業

**主な活動場所** 土橋小学校

**活動日** 4～10月初旬 火・金曜日（小学校の夏休み中は活動休止）

**活動時間** 6時間目の授業終了後（4時頃）～5時

**対象** 4～6年生

**種目** サッカー、ミニバスケットボール、ファンファーレ（金管楽器バンド）

**参加人数** 76名（サッカー15 ミニバスケットボール49 ファンファーレ12）

豊田市の小学校で教員指導による部活動が全面廃止になってから4年が経過しました。

土橋 JSC では、わくわく事業で御支援をいただき、地域指導者による土橋小学校の部活動を継続しています。

◆家庭の経済状況によらず、意欲のある児童全員が活動に参加できること。

◆保護者の送迎を必要とせず、授業後に安全な場所（小学校）で活動が出来、通学団で安全な時間に帰宅できること。

以前の教員指導による部活動と同じように、子ども達に活動の場を提供しています。



#### 保護者の感想

- ・ 習い事をしていないので、クラブ活動で身体を動かすことができ、楽しそうでした。
- ・ 暑い中、思い切り身体を動かすことができる機会は、とても貴重です。
- ・ 帰宅後、家族との会話がぐずぐず増えました。クラブの事を、よく話してくれます。
- ・ 近年、他学年と関わるクラブ活動がなくなる中、実施していただけるのはありがたい。
- ・ 学校で、授業とは違う体験ができ、クラブ活動を楽しみに登校していました。

#### 活動の成果・今後の課題

指導者や補助員の皆様の協力のおかげで、大きなトラブルもなく、参加児童たちは毎回楽しく活動することができました。

参加者アンケートでは、87%の児童が「楽しかった」「たいへん楽しかった」と回答。また、72%の児童が、友達や仲間作りに役立ったと回答してくれました。

活動を継続していくために、指導者・補助員等の協力者の安定確保が課題と考えます。

# 竹中脳げんき会

令和7年度わくわく事業補助金

事業名：地域高齢者の心身の健康維持事業 主な活動場所：竹中区民会館

実施日時：毎月第2木曜日 13：30～15：30

対象者：竹中自治区および近隣地域の高齢者

## ●事業目的

- ・地域高齢者が定期的に集まり、運動やゲームを行い交流することで、地域高齢者の日常のふれあいを促進する。
- ・参加者の心身の健康維持、健康寿命の伸長を計る。
- ・地域高齢者が元気になることにより、地域活性化を図る。

## ●令和7年度の活動内容 会員37名/参加者平均20名

- ・毎月第2木曜日の午後、竹中区民会館で講師指導のもと**運動レクリエーション**（ストレッチ、筋トレ、リズム運動、脳と体を一緒に使う運動）を行なった。 8回
- ・運動レクリエーションの後、**室内で軽スポーツ**（モルック、ボッチャ、室内デスクゲーム）、**自製ゲーム**（カードひっくり返し競争）、**パズル**（ウボンゴ）など、いろいろな頭と体を使う活動を行なった。しりとり、早口言葉、言葉探しなどの**言葉遊び**も行なった。
- ・屋内ばかりでなく外に出て、春、秋の2回、初音川ビオトープにて**グランドゴルフ**を行なった。この時、ビオトープ近くの田で**コスモス鑑賞会**も行なった。
- ・地区内の安藤邸にて8月、恒例の**ぶどう狩り**を楽しんだ。
- ・創作活動として、8月に**折り紙**（外部講師の指導）、12月に**しめ縄飾り作り**を行なった。しめ縄飾りは会員同士が教え合っで行なった。
- ・**脳トレ問題**を自製し、毎回宿題として持ち帰った。

## ●活動の成果、課題

- ・身体の維持・強化を目的とした運動レクリエーションと脳の刺激・活性化を目的としたゲーム、創作活動を組み合わせた多様な活動を楽しめた。事業目的の達成に寄与できたと思う。
- ・高齢化のため参加できない会員が出てきているが、竹中自治区の近隣地域から参加する人もいて（4名）、活動が広がりを見せている。
- ・参加者の平均年齢80歳の会が、活発な活動を継続していくために面白いゲームを開拓して行く必要がある。



運動レクリエーション



カードひっくり返し競争



ボッチャ



グランドゴルフ



ぶどう狩り



折り紙作品作り



しめ縄飾り作り

団体名  
土橋 花と緑を育て守る会

事業名  
土橋自治区内の花と樹木を 地域の皆で楽しく植栽し育てていく事業

主な活動場所  
豊田市電神地域コミュニティ 土橋自治区内

●事業目的

- ・自治区内に整備される公園は、区民が使い易く憩いを受けられると共に自然災害などの発生時に避難場所となり得る。
- ・日頃は区内の公園巡りを通じて健康で憩いのある空間を形成すると共に除草などのケア作業を通じて区民同士の懇親を深める。

●令和7年度の活動内容、活動の様子

- ・5月…令和7年度 土橋自治区内の公園整備を検討するグループ『公園ワーキング』の構成メンバーに過去の取り組みを紹介して 年間計画を提案・承認を受ける。
- ・6月…土橋区画整理事業で整備済み・予定の公園2カ所・予定地4カ所を現視し 公園予定地については 公園整備計画を設計図を見ながら説明
- ・9月…整備予定3公園の設計図を確認し、一部修正を協議（公園緑地課\*工事業者\*自治区）
- ・10月…土橋八幡社東公園植栽大型プランターの組み立てを実施
- ・11月…上記公園植栽プランターの防腐剤塗り、花苗の植え込み・公園配置を実施

●活動の成果・課題

- ・令和7年期首から利用可能となった2公園の利用、ケア（植栽プランター配置）を開始
- ・令和7年整備計画（土橋駅北公園）の工事進捗確認、次年度植栽・ケア計画の協議
- ・令和8年度以降整備予定の公園設計図の構想事項の反映状況確認・協議

写真1 5月会議全景



写真2 公園用地 現地確認(土橋公園)



パース図1 土橋駅北公園パース図



写真3 土橋駅北公園 工事進捗状況(12月現在)



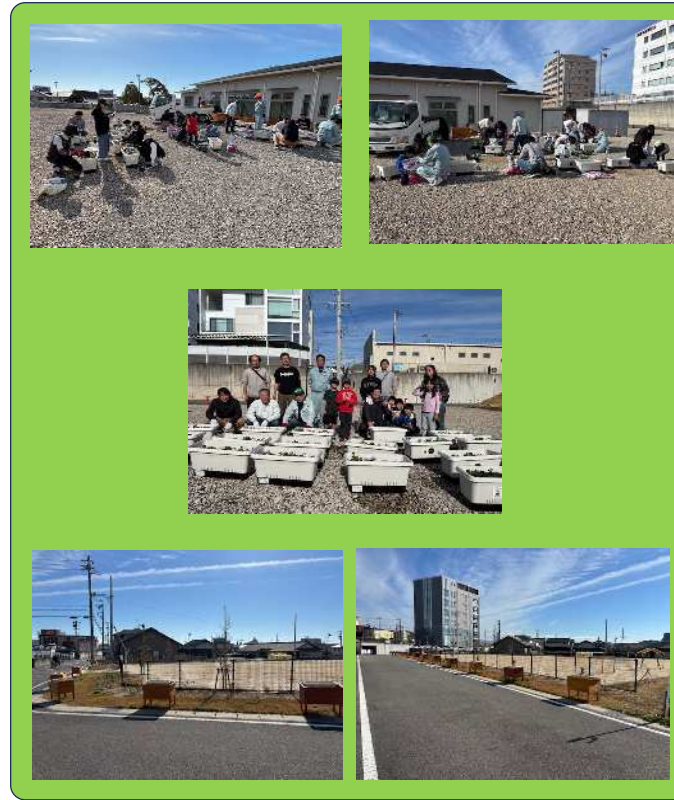
写真5 土橋八幡社東公園用 植栽プランター組立



写真6 土橋八幡社東公園用 プランター色塗り



写真7 土橋八幡社東公園用 プランター花苗植栽・公園周り配置



パース図 土橋曙東公園、土橋曙中央公園、土橋曙西公園(上から順に掲載)



# 竹中東山会

令和7年度わくわく事業

事業名：児童、幼児、老人のための安全、安心な街づくり事業

実施日時：毎日 竹村小学校児童登校、下校時（小学校休校時は除く）

対象者：竹中東山地域の幼児、児童、独居老人、老人世帯ほか

## ●事業目的

- ・竹村小学校児童の見守りを通じて、世代交代をはかる。  
通学路、通園路の整備、児童集合場所や遊び広場の整備を実施。
- ・老人家の周辺道路や庭、生垣の整備を実施。
- ・空き家周辺の環境整備を通じて人との交流を図り住みよい街づくりを推進。

## ●令和7年度の活動内容 会員34名/毎日参加者平均12名程度

### ◎毎日竹村小学校児童の登、下校の見守りを実施。(学校から集合場所)

- 集合場所の整備（草刈り、花壇の手入れ、休憩場所整備とう）
- 集合場所から学校までの通学路の整備（草刈り、樹木の選定とう）
- 子供園周辺の通園路の整備（草刈り、土手焼き、道路の補修とう）

### ◎独居老人家庭の周辺環境

- 垣根の整備と庭の草刈り（最低限の範囲） 3件依頼
- 蛍光灯の取り換え、手すりの補修、窓ガラスの修理の手配とう。 8件
- 樹木の伐才と害虫駆除の消毒作業 5件

### ◎空き家の周辺の環境整備

- 垣根の整備と庭の草刈り(最低限の範囲で持ち主の許可家) 4件
- 樹木の伐才と害虫駆除の消毒作業 4件
- ゴミの回収と不具合箇所の修理 5件

### ◎老人家庭の環境整備と依頼事の対応

- 燃えるゴミの運搬、電気類の修理(軽作業) 26件
- 樹木の伐才と害虫駆除の消毒作業 6件

## ●活動の成果、課題

- 子供の見守りを通じて交流ができあいさつもできる様になった。
- 空き家は手を入れないと、**ゴミ**(空き缶、ペットボトルとう)が捨てられ**害虫の住処**化となってしまう。(カメムシ、毛虫当)
- 老人家庭はゴミ袋出しを頼られている状態で、本来の異常事態の場合での援助活動が守られていない。
- ◎会費を出しての活動為、**子どもが卒業すると見守り活動から離れていく人**が出だして、メンバーの増員に苦労しています。



通学のみまもり



集合場所の花壇の整備



通学路の整備



歩道の整備



空き家の環境整備



独居老人家周辺の整備

# 野菜ひろば たけしも 竹下

事業名：野菜作りを通した子どもや地域社会の交流促進と遊歩道花壇の管理による景観作り事業  
 活動場所：豊田市竜神地区（一部前林地区（子ども食堂））  
 活動年数：11年目（平成27年4月設立）  
 活動人数：17名

## 【事業目的】

- ① 竹村・住吉・竜神こども園の園児にさつま芋収穫・大豆選別・七夕飾り野菜を提供、野菜に触れる機会を増やし「食育の場作り」に貢献する。
- ② 2か所の子ども食堂（定期的）、社協に野菜提供、可能な範囲で福祉活動に貢献する。
- ③ 竜神交流館とコラボ、イベントに協賛し地域活動を盛り立てる。
- ④ 遊歩道の花壇を管理し、地域の景観作りに貢献する。
- ⑤ 自治区、竹下環境保全会と連携し野菜作りをサポートしイベントを盛り立てる。
- ⑥ 小学校の樹木消毒を行い、学童・園児の安全に寄与する。

## 【活動内容（一部）】

①



さつま芋の芋差し〜収穫



大豆の収穫(豆たたき)



野菜の授業



⑤



野菜栽培のアドバイス



⑥



学校への樹木消毒



②



「なないろ竜神」  
「前林ひまわり食堂」

③



竜神ふれあいまつり

④



遊歩道（3カ所）の花壇管理



## 【活動の成果・課題】

- ① この活動が年数を重ね、地域住民にボランティアの意義が浸透しつつある。
- ② 子ども食堂への野菜の提供等で、他のボランティア団体にも「共に地域を支える」といった協働意識が芽生えつつある。
- ③ こども園の園児とは、各種の行事で顔をあわせるので「野菜ひろばさん!」っと、お馴染みの関係となり、「食育」に大きく貢献している。

# 子ども未来Project

～遊びを通して、作ろう子どもの居場所！つなげよう地域の輪～

@メグリア本店



来場者の投票で決まったグループのアイコンです。



## 【事業目的】

- ① コロナを経験し、様々なイベントが縮小されてしまい、子どもたちがのびのびと遊べる場や時間が減ってしまった為、集団で遊ぶ楽しさや場を提供していく **→お楽しみ会（レクリエーション）**
- ② 子どもたち自身が、フリーマーケットで商品や遊びを販売し、地域の方々にご購入いただくことで、地域の交流の促進を図り、また、お金の流れを学べるようにする **→子ども商店街**

## 【今年度の活動内容・活動の様子】

今年度は活動の場をメグリア本店さんにご協力いただき開催いたしました。

更に、みんなで一斉に遊ぶレクリエーションから、各自が好きなタイミングで好きなように遊べる場所の提供という、自由度の高い場の提供に挑戦しました。どの遊び場も、子どもスタッフが子どもの目線で考えて製作して、多くの方に楽しんでもらえるように考えました。

それとは別に決まった時間に手遊びや読み聞かせ、無料ワークショップなど開催し、

1日に100人以上がご来場いただき、イベント当日は大盛況でした。

また、事業の1割負担を捻出するために、エコナリユース活動も始めました。古着や玩具や本などを格安（100円～500円程度）で販売していきます。

## 【活動の成果・課題】

今年度の予算確定後に、交流館の方から今後の使用料が3倍になると聞き、急ぎ他の開催場所を探しました。

その結果、メグリアさんが私たちの活動にご賛同いただき、ご厚意でメグリア本店の3F催事場を利用させていただけるようになりました。

その為、来年度からは子ども商店とお楽しみ会を切り離して活動していき、わくわく事業補助金はお楽しみ会のみを活用予定と致します。

また、開催場所をメグリアさんに移すことで、未就学児がいるご家族のご来場が増えました。その為、2度目の開催時には、保育士による手遊びや絵本の読み聞かせなども行い、小さいお子さんでも楽しめるように工夫しました。小さなお子様と一緒に、保護者の方も楽しみ、学びにつながるよう、SNSでの発信にも学びとなるような体験談やおすすめポイントなどを載せるようにしてみました。

今後の課題としましては、提供する遊び場がマンネリしないよう、新しいものを考え提供すること、小中学生にも楽しんでもらえるような遊びやワークショップの検討です。

# 元気むつみ会

高齢者の健康維持活動

つちはし区民会館と市内周辺



西山公園(薔薇園)



西山公園(薔薇園)



愛・地球博公園



愛・地球博公園



皆で楽しくフラダンス



皆で楽しく笑いヨガ

## ●事業目的

- ① 地域の高齢者が、何時までもお元気で、生き生きと生活できる社会の実現
- ② 高齢者等による、日頃からの連携を強化し、災害等発生時、助け合える社会の実現

## ●今年度の活動内容・活動の様子

- ① 楽しく、お喋りしながらのウォーキング
- ② ストレッチと筋力体操&脳トレ
- ③ 外部講師による、フラダンス・笑いヨガ・落語教室等

## ●活動の成果・課題

- ① 参加者は、お元気で笑顔が多くなった
- ② 会員の口コミによる入会者があり、常に会の活性化が図られている
- ③ 女性比べ、男性が少ない、今後は、男性へのアピールが必要



藤家宿六さんの落語

# 愛・Eyeウォーク

<東田自治区の皆さん>



『愛・Eyeウォークに込められたメッセージ』

大事な人を(愛)す。地域を(愛)す。

自分の目(Eye)で課題を感じ、問題解決に向かつて歩み(ウォーク)を進める集団です。

## <ソーラー式センサーライトの設置>

東田自治区:枝下緑道に2機設置  
事業目的/安全で安心なまちづくり、防犯・防災

〔センサーライトの製作・設置〕

〔夜間点灯〕



## <達磨窯周辺の環境整備>

事業目的/きれいなまちづくり、花いっぱい運動に協力しました



草取りの実施



花壇の整備



花植え

## 地域住民との絆づくり、文化財を後世へと繋ぐ事業

### <有形文化財・寿町の達磨窯継承活動>

事業目的/達磨窯の歴史・文化を次世代へと語り継ぐ



『東田区民対象・達磨窯の見学会を開催』 令和7年10月11日(土曜日)



達磨窯の歴史講義



粘土によるミニ瓦づくり

#### 参加者の声

- \* 子どもにも文化財を知って欲しく参加させて頂きました
- \* 東田の地に移って来ました。地域の方々と触れ合ういい機会だと思い参加しました
- \* 楽しかった。焼き芋おいしかった \* 本当に瓦を焼いている姿を見たい

『竜神地域対象・達磨窯の見学会を開催』 令和7年11月29日(土曜日)



竜神地区参加者の皆さん



達磨窯の内部からピース

- ※活動の成果/区民・地域住民とのふれあいにより絆が深まった
- ※課題/活動を支えるスタッフの広がりその後継者へのバトンタッチ
- ※補助金額/¥56,000

## 令和7年度たから会活動報告書

会員数16名で活動していますが、3月と9月に自治区回覧板で新会員の募集をしている。主に宝町在住のひとだが、地域は限定せずロコミでの応募も受け付けている。今年度も、豊田市の「ずっと元気プロジェクト」に参加されているナゴヤダンスアカデミーより半年間6回の講師派遣を受けました。継続している愛知県健康づくりリーダー、元気を届ける魔女のロマニー、「こゆる～な快芯法」のまあしあさん、音楽講師の白川さんなど多彩で楽しい活動を実施することができました。体力づくりのストレッチ・筋トレ、認知症予防の脳トレレクリエーションの他仲間が集まる「おしゃべり」も大事な時間と考えている。

たから会令和7年度活動実績（会場は竹上区民会館）

活動時間：9:30～受付、脳トレ。10:00～ストレッチ・筋トレ・レクリエーション～11:30

月日	曜日	講師	参加者
4/4	金	額糴リーダー	12
4/19	土	ヘルサポ	14
5/9	金	ヘルサポ	7
5/17	土	依頼三浦リーダー	13
6/6	金	まあしあ	12
6/21	土	ロマニー	9
7/4	金	NDAコグニステップ	14
7/19	土	市派遣リーダー	14
8/1	金	NDAコグニステップ	14
8/16	土	市派遣ヘルサポ	15
9/5	金	NDAコグニステップ	11
9/20	土	依頼三浦リーダー	12
10/3	金	NDAコグニステップ	12
10/17	土	ロマニー・ジュン	18
11/7	金	NDAコグニステップ	12
11/22	土	ヘルサポ	9
12/5	金	NDAコグニステップ	13
12/20	土	依頼三浦リーダー	13
1/9	金	市派遣ヘルサポ	12
1/17	土	まあしあ	14
2/6	金	市派遣ヘルサポ	13
2/21	土	市派遣リーダー	14
3/6	金	まあしあ	
3/21	土	ロマニー・ジュン	

2月までの延べ参加者数

277



ナゴヤダンスアカデミーの講師による腰かけていても参加できるダンスのレッスン。会員の状態に合わせてだれでも参加できる配慮。

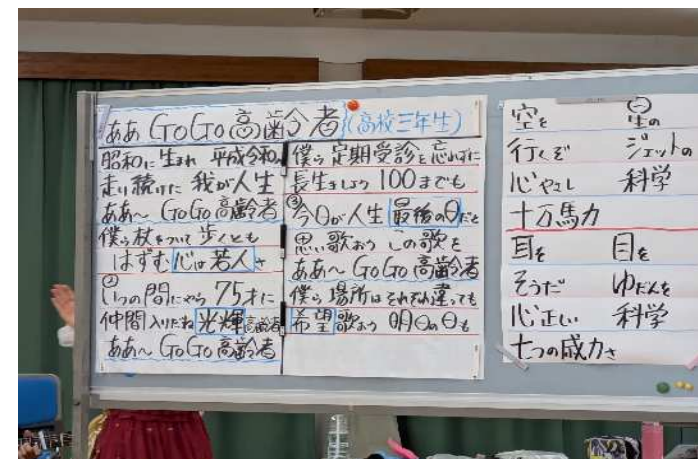


健康づくりリーダーの指導ですとれっち伸びているところを意識しながら身体のしなやかさを維持するのが目的



ヨガマットを利用したストレッチ、椅子を利用したストレッチや筋トレが多い中で、新鮮な感覚で実施できた。マットは、過年度のわくわく補助金で購入したもの

何もせず、マットの上で身体を伸ばしてリラックスするのも心地よい



高校三年生の替え歌で、GoGo高齢者みんなで懐かしいメロディーに載せて合唱

鉄腕アトム歌では、わざと歌詞の一部を見せずに思い出しながら歌う



R7年度・活動報告  
わくわく事業補助金  
ありがとうございました！



本事業は、国際セクシャリティーガイドスに基づいた包括的性教育を発達段階に応じて提供することを目的とします。子どもたちが自分の心と体を正しく理解し、自他を尊重しながら、適切な判断と行動ができる力を育むことを目指します。あわせて、保護者や教育関係者、地域の大人にも正確で科学的な知識を共有し、家庭・学校・地域が連携して子どもの人権と安全を支える環境づくりを推進します。

若園・若林・竜神地域、約1500名の子ども達へ 講座や授業、絵本読みなどを通じた包括的性教育をお届けしました！！



【実施校】・若林東小学校・若林西小学校・高岡中学校・若園小学校・若園中学校・竹村小学校

### 今年度新たな取り組み

- ① 高齢者向けの講座を実施
- ② 若園小学校にて、小学校教員向け研修が実現。好評により、来年度以降の継続実施が決定
- ③ 前林地区にて無料講座を実施

## 高岡地域での活動と並行し、豊田市内の団体や行政と連携して包括的性教育の普及を進めました



### ① 行政との協働

豊田市役所（学び体験推進課・多様性社会共創課）と連携し、部活動地域移行に伴う地域指導者向け研修の必要性を提起し、8月の集合研修として実現しました。

ジェンダー平等推進センター主催「さんかくフェスタ 2025」への出展を通して、包括的性教育の広報を行いました。

### ② 授業の市内展開

わっかのたねで考案したプライベートパーツを学ぶ授業について、市内他団体でも実施可能な体制を整備し、実施基盤を拡大しました。

さらに、「WE LOVE とよた教育プログラム」において検証授業として採用され、市内小学校へ提供可能な教育資源として位置付けられました。

### ③ 普及啓発

※2025年9月12日 矢作新報掲載



関連団体と連携し「こころ・からだ・だいじフェスタ」を開催し、包括的性教育の理解促進と地域への周知拡大につなげました。



### わっかのたねの活動が、メディアで紹介されました

- ① 2025年12月5日(金)  
中日新聞朝刊豊田版 20面 掲載されました！
- ② 2025年6月13日(金) 放送されました！  
午後7時30分～NHK 総合「東海ドまんなか！」

### 今後の課題

活動拡大に伴う、メンバー負担増加が課題。2026年度は公教育での活動を維持しつつ、新たな活動を抑え、業務効率化・メンバー拡充に力を注ぎたいと考えています。



Facebook



Instagram

# あぐり本町

## 事業名

子どもの健全育成を通して地域づくりを推進する事業

活動場所

豊田市本町地区内 水田

### 【目的】

- ・認定農業者の協力で農地の確保と地域参加者の協力でコスモス種を播種を行い  
景観作りコスモスの鑑賞と種取等でコミュニケーション作り
- ・こども園の田植え・稲刈り体験を通じて、子供たちが、土にふれ合い、また米作り  
地産地消 また餅つき・しめ縄作り日本文化の思い出作りと伝承を図る

### 【今年度の活動内容・活動の様子】

- ・令和8年5月4日から田植え用、稲苗作り開始し5月末代かき5月29日子ども園園児42名  
参加し田植え 8月24日しめ縄作り用稲刈り 10月3日子ども園園児86名参加稲刈り  
12月13日子ども園で餅つきしめ縄作りでこども達に思い出作りと伝承が出来た。
- ・コスモス栽培は麦収穫後跡地利用し7月26日田耕し⇒コスモス種子散布⇒田耕し  
⇒除草剤散布 9月17日迷路作り⇒10月11日からコスモス観賞オープン  
⇒11月17日からコスモス種子採取 ⇒12月16日コスモス刈取り田耕し

### 【活動成果・課題】

- ・**安全第一で事故怪我も無く計画通り出来た。** 子どもには特に気を付け稲刈り時  
の稲の先で目を傷つき防止で子ども大人も**保護メガネ着用を励行**し安全確保が出来た。
- ・各活動に多くの方に協力して頂きコミュニケーション向上とふれ合いが図られた。
- ※ コスモス作りは異常気象で夏場の雨量が少なくコスモスの発芽遅れ、種取後、草刈り機で  
刈取り乾燥焼却を、**今年度は大型草刈り機導入で粉砕トラクタで耕起農地戻しに  
より人力作業の軽減と焼却による公害問題なく安全効率よく活動が出来た。**
- 来季も子ども園と早期連絡を取り稲作り体験及びコスモス栽培も長期気象情報を参考に  
今年度の活動を参考により**安全第一で成果ある活動にしたい。**

## 令和7年あぐり本町活動概要結果



5月29日 子ども園田植え体験



7月26日コスモス種播種・除草剤散布と耕起トラクタ



8月24日しめ縄用の稲刈り



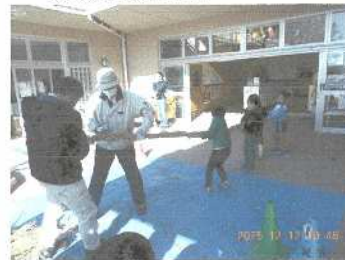
10月3日子ども園稲刈り



コスモス開花鑑賞10月



10月3日子ども園稲刈り体験



12月13日子どもたちとしめ縄作り



12月16日コスモス刈取り後、トラクタで耕起

# 元気アップ本町

事業名 : 地域の高齢者を対象とした健康維持活動  
 主な活動場所 : 本町自治区 第二集会所  
 活動日時 : 毎月 第4木曜日 13時30分～

## ○事業目的

- ・地域の高齢者が気楽に参加し、コミュニケーションの場に (継続)
- ・日々のストレッチ、筋トレ、ウォーキングの習慣 (自己管理)
- ・毎月健康測定して、異常時は健康相談 (病気の早期発見、早期治療)
- ・脳トレでボケ防止 演奏者と合唱で咽頭挙上筋、肺機能を鍛錬
- ・健康講師による、ストレッチ、筋トレで体力の維持
- ・健康管理で地域行事に参加



## ○今年度の活動内容・活動の様子

- ・健康測定、脳トレ 演奏者による合唱
- ・健康講師による、ストレッチ、筋トレ (体力維持)
- ・地域活動に参加
- ・派遣講師による健康教室



## ○活動の成果・課題

- ・資格保持者の指導で、怪我防止と個人への指導で健康管理が図れる
- ・参加者募集するも、退職年齢延長により参加対象者がいない

