

令和 8 年度 富谷市福祉健康センター事業一覧

No.	事業名		実施内容	実施回数
1	センター利用		お風呂・筋トレマシーン・マグネフィット・スカイウェル・マッサージ器・和室の開放	休所日を除く全日
2	健康相談		福祉健康センター看護師による疾病や運動などの健康相談	週 1 回
3	健康増進事業	① 快適ライフ教室	①講師による普段の生活を快適に過ごすための講座 ②「はじめて～講座」として、興味関心を持つきっかけづくりの講座	年 7 回
		② つるかめ運動教室	年齢や対象に応じた健康づくりの教室（介護予防） ①初めての運動コース ②レクなど楽しみ多いコース ③運動多めコース（3コース）	年 30 回
		③ 脳イキイキ教室	脳の活性化につながる内容の教室（介護予防）	年 5 回
		④ シニアメンズ教室	男性同士交流、社会参加のきっかけづくりの教室	年 3 回
		⑤ クッキング教室	料理の知識を学び、仲間と調理実習を行う教室	年 4 回
		⑥ 大学生と楽しくレク教室	学生とレクリエーションを通じて交流を図りながら介護予防に取り組む教室	年 5 回
		⑦ 音楽健康教室	歌ったり、演奏を聴いたり音楽を通じて楽しく介護予防に取り組む教室	年 5 回
		⑧ 栄養健康講座	栄養面や食べ方について学び、「食」から健康作りを学ぶ教室	年 1 回
4	教養及びレクリエーション事業	① あけぼの川柳教室	講師からの指導を受けながら川柳	年 12 回 （毎月）
		② 遠足	紅葉を楽しみながら散策、買い物、会食を通じて、参加同士が交流する日帰り旅行	年 1 回
		③ 小学校児童クラブとの世代間交流会	富谷小学校児童クラブの子供たちと昔遊びを通して楽しく世代間交流会	年 12 回 （毎月）
		④ 障がい事業所交流会	地域活動支援センターなど市内の障がい事業所とレクリエーションなどを通じての交流会	年 6 回

5	地域住民やボランティアの活動の場づくり	① センターほっとカフェ	参加者の交流の場、憩いの場 カフェマスター、カフェスタッフのボランティア活動の機会	週 1 回
		② サークル活動	①陶芸の会(第 2・4 金曜日) 陶芸 ②染織の会(第 2・4 火曜日) 染め・織り ③泥んこ会(第 2・4 木曜日) 陶芸 ④福音の会(第 1・3 木曜日) 土鈴作り	月 2 回
6	入浴事業		大浴場、小浴場の開放 浴槽、浴室の清掃や衛生管理	休所日を除く全日
7	情報発信	① 広報の発行	福祉健康センターの活動の案内、報告などセンター周知	年 6 回 (奇数月発行)
		② HP、SNS 発信	社協 HP、Facebook、Instagram を活用し各種事業の様子や案内などを掲載しより多くの方に施設理解・活動の周知	随時更新
		③ 出前座談会	福祉健康センター事業説明や事業体験などを通じてセンター周知	随時対応
		④ 富谷中央市民センターまつり参加	センター事業紹介、サークルの活動紹介などセンター周知	年 1 回