


# いきいき百歳体操を ネットヨタ兵庫の店舗で開始

民間企業との初コラボ。広々とした快適な環境で集い健康維持・増進

主催	住民で構成された団体 【加古川市およびネットヨタ兵庫（株）が支援】
日時	毎週金曜日 午後2時～ 初回：令和4年6月17日（金）
場所	ネットヨタ兵庫（株）加古川野口店
内容	<p>加古川市では、高齢者の健康維持・増進および介護予防のために住民主体の通いの場「いきいき百歳体操（以下いき百）」の普及啓発を行っており、初の民間企業会場のグループが立ち上がりました。</p>  <p>応援隊講座を受講された方からは、「こんなに綺麗で快適な環境で体操ができるのは、モチベーションが上がる。頑張りたい。」という声が多く聞かれています。</p> <p>また、昨今は新型コロナウイルス感染症の拡大もあり、外出控えからフレイル（加齢により心身が老い衰え、社会とのつながりが減少した状態）も増加しています。いき百は健康だけでなく、社会とのつながりの面で重要な場となるため、今こそ必要不可欠になっています。</p> <p>今後、他店舗・企業でも協働開催ができれば市民の活動拠点が更に増え活動が活性化されるのではないかと期待しています。</p> <p>（ <input type="checkbox"/>初めて <input type="checkbox"/>恒例 <input checked="" type="checkbox"/>回目 ）</p>
対象（参加者）	加古川市内在住加古川市介護保険第1号被保険者、前号に掲げる者の支援のための活動に関わる65歳未満の者
定員	15名
参加費	無料
申込先・方法	高齢者・地域福祉課 TEL 079-421-2044 (若干名募集中)

目的・背景 その他	<p>現在いき百は、市内の171団体が公民館をはじめとする各地域の165か所（6/1時点）で実施。課題の一つに野口町では運営可能な会場が少ないことがあった。</p> <p>そこで、かねてより地域貢献の活動を精力的に行っているネットヨタ兵庫と協働で5/13から「応援隊講座」を実施。この度6/17より本格的にいき百の会場として立ち上がった。</p>
--------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

市ホームページ	掲載済み ・ <span style="border: 1px solid black;">掲載予定</span> (6月24日頃) ・ 掲載しない
広報かこがわ	●月号に掲載 ・ ●月号に掲載予定 ・ <span style="border: 1px solid black;">掲載しない</span>



加古川市 高齢者・地域福祉課 健やか長寿係  
(担当：齋藤・林)

☎ 079-421-2044 (内線2733)