

【別添4】

【健幸プラザ野方(旧野方高齢者会館)】

利用者実績及び事業実施一覧

項 目	4月～8月				年 度 総 数			
	利用者 総 数	個 人 利用者	団 体 利用者	介護予防 事 業	利用者 総 数	個 人 利用者	団 体 利用者	介護予防 事 業
8 年度	1,676 人	140人 三療 26人 (内数)	46件 282人	183件 1,254 人				
7 年度	1,721 人	210人 三療 49人 (内数)	38 件 250 人	185 件 1,261 人	4,114 人	393 人 三療 94人 (内数)	97 件 630人	445 件 3,091 人
6 年度	1,933 人	343 人 三療 58 人 (内数)	36 件 211 人	189 件 1,379 人	4,621 人	594人 三療 128 人 (内数)	100 件 601 人	452 件 3,426 人
5 年度	3,777 人	2,178 人 三療 40 人 (内数)	42 件 236人	180 件 1,363 人	9,039 人	5,106 人 三療 94人 (内数)	87 件 500人	456 件 3,433 人
4 年度	1,780 人	147人 三療 41人 (内数)	51 件 252人	178件 1,381 人	4,412 人	309人 三療 95人 (内数)	125 件 737人	431 件 3,366 人

令和7年度 事業実施一覧

1 熱中症予防対策事業

事 業 名	内 容	実 施 日	時間帯	備 考
まちなか涼みどころ	涼しい居場所の提供と水分補給の啓発。	7月1日～ 9月30日	開館時間中	
栄養講座	熱中症予防対策の栄養講座を実施。	7月7日	13時30分～ 14時30分	

2 健康・生きがいづくり事業

事 業 名	内 容	期 間	備 考
カフェ NOGA	館利用者や地域の方々の交流の場を提供する。	4月～3月 計8回	
楽しい折り紙	折り紙を通じた交流の場とし、利用者同士で教えあい楽しく作品を作る。	4月～3月 計21回	
転倒予防体操	体幹から下肢を中心に筋トレとストレッチを行い、転倒を予防する。	4月～3月 計12回	
ダンベル体操 月 A・B 金 A・B	ダンベルと音楽を使用した体操を実施し、筋力アップを図る。	4月～3月 計140回	
いきいき体操 A・B	自転車のチューブを使用したストレッチを行い、筋力アップと心肺機能の向上を図る。	4月～3月 計88回	
元気体操	椅子に座ったままできる体操を中心に筋力向上を図る。	4月～3月 計11回	

脳若返り教室	脳トレーニング教材等を活用しながら脳を活性化させる	4月～3月 計24回	
介護出前相談	中野北包括支援センター職員による介護保険等高齢者のなんでも相談を行う。	4月～3月 計12回	
卓球開放	同じ趣味の人と交流を図りながら、楽しく筋力アップを目指す。	4月～3月 計23回	
声のレッスン	腹式呼吸、発声練習、ボイストレーニングを実施。	5月～1月 計7回	
スマホカフェ	ICT サポーターによるスマートフォン等の困りごと相談	5月～3月 計6回	
野方高齢者会館の特別な1週間	作品展示や講座、レクリエーションを通じて施設の活動を多くの方に知っていただく、参加者同士の交流を図る。	3月 計2回 展示は3月2日～3月30日	

3 ミニデイ(通所型住民主体によるサービス事業)

事業名	内 容	期 間	備 考
ミニデイサービス	要支援者等に対して、身近な地域での通いの場を設け、自立生活を支援する。 食事、体操、ゲーム、手作業など	4月～3月 計44回	

4 生活機能向上プログラム

事業名	内 容	期 間	備 考
骨盤底筋体操	排泄の仕組みや骨盤底筋の機能を学び、音楽に合わせてストレッチや全身運動をすることで骨盤底筋を鍛える。	9月～11月 計5回	
脳若返り講座	ゲーム感覚で楽しみながら脳を鍛える、脳若返り教室の特別講座	1月 計1回	
栄養講座	体を温める食事や簡単レンジレシピ等の講座。	10月、12月、3月 計3回	
転倒予防講座	日常で取り入れられる筋トレやス日常で取り入れられる筋トレやストレッチを実践するほか、福祉用具、身体の仕組み、豆知識等の講義。	10月～12月 計5回	

5 音響機器活用プログラム支援

事業名	内 容	期 間	備 考
音響機器活用プログラム支援	会場の確保など事前の準備や当日の実施補助を行う。	5月～3月 年11回×3コース	