



地域の支えあい・健康づくり 活動ガイド

☆いつまでも自分らしく、健康に暮らしていくために☆

作成：稲美つながり・支えあい協議会



目次

～はじめに～

地域の支えあい・健康づくり 活動ガイド作成の背景・使い方について… 1～2ページ

① 地元で活動したい 自治会別掲載……………	3～10ページ
加古校区 (介護予防事業・グラウンドゴルフ)	(3ページ)
母里校区 (介護予防事業・グラウンドゴルフ)	(4ページ)
天満校区 (介護予防事業・グラウンドゴルフ)	(5ページ)
天満南校区 (介護予防事業・グラウンドゴルフ)	(6ページ)
天満東校区 (介護予防事業・グラウンドゴルフ)	(7ページ)
稲美町全域・加古校区・母里校区 (有志活動)	(8ページ)
天満校区 (有志活動)	(9ページ)
天満南校区・天満東校区 (有志活動)	(10ページ)
② 趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい……………	11～21ページ
加古福祉会館	(11～13 ページ)
母里福祉会館	(14～15 ページ)
総合福祉会館	(16～17 ページ)
なんなん広場(天満南小学校内)	(18～20 ページ)
加古大池管理棟	(20 ページ)
農村環境改善センター	(21 ページ)
③ 地域の役に立ちたい／ボランティア／生活支援(配食・買い物支援・相談窓口)	22～24 ページ
④ 学びたい・思いを共有したい ……………	25～29 ページ
～むすびに～ ……………	30 ページ

～はじめに～

地域の支えあい・健康づくり 活動ガイド 作成の背景・使い方について

◆高齢化率の上昇、人口減少など、稲美町のこれからについて

稲美町の高齢化率は令和4(2022)年3月末時点で約31%となっており、今後も進んでいくことが予想されています。人口減少や介護人材の不足などの背景に加え、介護ニーズの高い75歳以上の高齢者は令和12(2030)年まで増加するという推計結果となっており、高齢者を取り巻く環境は大きく変化していくことが予想されています。

“いつまでも、自分らしく稲美町で暮らしていく”ためには、介護保険制度(共助)だけでなく、介護予防(自助)や、お互いに助け合って(互助)いくことが大切だと言われています。

◆一人ひとりが出来ること、地域で取り組むこと

健康に過ごす時間を長くする(介護予防)ためには、食生活や運動に気をつけるほか、人との交流を持って活動(仕事や趣味、ボランティア、地域での役割などの社会参加)することに、「効果がある」ということも研究の結果、証明されてきています。

そのような“活動の場”に参加することや“居場所づくり”をすすめたい皆さんの取り組みを一緒に考え、応援していきたいと考えています。(協議の場)

助け合いのしくみや人の集まる場づくりを検討される際は是非、稲美町社会福祉協議会にもお声かけいただけると幸いです。

◆この冊子の役割

一人でも多くの方が、活動(仕事や趣味、ボランティア、地域での役割などの社会参加)に関心を持ち、それらの活動に参加していくことが、人との交流、居場所づくり、介護予防につながっていきます。

そのような、つながりの輪をひろげていくことを目的として、この冊子をつくりました。ご興味のある活動があれば、是非ページをめくってみてください。

この冊子が、何かを始めよう！という気持ちに寄り添い、踏み出す一歩につながっていくことを願っています。

※この「地域の支えあい・健康づくり 活動ガイド」は、令和4年8月～令和5年1月にかけて聞き取り調査をした情報です。

また、新型コロナウイルス感染症の感染対策として、掲載内容と現状が変更となっている可能性もあります。ご理解・ご了承の上でお役立ていただけたら幸いです。



地元で活動したい (介護予防事業・グラウンドゴルフ)

【加古校区】

地区	サロン	広場	ミニ広場	実施場所	グラウンドゴルフ	実施場所
五軒屋	第4火 9:30			五軒屋公会堂	水・日 9:00	五軒屋・池ノ内 ふれあい広場
池ノ内					火・金 8:30	五軒屋・池ノ内 ふれあい広場
北新田	第3火 9:00	木 10:00		北新田公会堂	月・木・土 9:00	北新田 ふれあい広場
大沢	第2月 9:30	木 10:00		大沢公会堂	第3日 9:00	ふれあい広場
上新田	第4火 9:30		金 10:00	上新田公会堂	月 9:00	上新田 ふれあい広場
千和池	第3水 10:00	水 10:00		千和池公会堂	水・日 9:00	千和池 ふれあい広場
中新田	第1金 9:30	1・3木 13:00		中新田公会堂	水・日 9:00	中新田 ふれあいひろば
三四軒屋	第2金 10:00			三四軒屋 公会堂	水・土 9:00	ふれあい広場
六軒屋	第3木 10:00	木 10:00		六軒屋公会堂	木 10:00 土 9:00	六軒屋 ふれあい広場
見谷	第2金 9:30			見谷公会堂	火・土 9:00	ふれあい広場
七軒屋	第1金 9:30	火 10:00		七軒屋公会堂	火・金 9:00	七軒屋 ふれあい広場
八軒屋	第4金 10:00	金 10:00		八軒屋公会堂	月 9:00	八軒屋 ふれあい広場
上新田高層	第3水 9:30			こみゆにてい ぷらざ		

サロン…自治会集会所等で老人クラブを中心に地域の高齢者のふれあい・仲間づくり、介護予防の健康教育を実施。スポーツや体操、レクリエーション活動、健康教育などを、月1回 午前9時30分から午前11時30分まで。

広場…遠くへの外出が困難な高齢者、普段家族以外と話す機会が少ない高齢者等が自治会集会所等で地域の人とふれ合うことにより介護予防を図る。茶話会が中心で、昼食をはさんで楽しく過ごす。週1回 午前10時～午後3時。費用：昼食代（※R4年度は、昼食の提供は中止、時間短縮で実施）

ミニ広場…高齢者が自発的に自治会集会所等で集い、他者と交流しともに活動をすることで介護予防を図る。おもりをを用いた体操を、週1回1時間程度。

地元で活動したい

(介護予防事業・グラウンドゴルフ)

【母里校区】

地区	サロン	広場	ミニ 広場	実施場所	グラウンド ゴルフ		実施場所
					月・火 8:00 ※蛸草 広場	第4木 9:00 水～金 8:30	
蛸草第1	第2木 9:30			蛸草農事 集会所	月・火 8:00 ※蛸草 広場	第4木 9:00	森林浴グラウンド ゴルフ場
蛸草第2	第1水 9:30			蛸草農事 集会所	月・火 8:00 ※蛸草 広場	水～金 8:30	蛸草広場
印東	第4月 9:30			印東公会堂	火～木 9:00		印東グラウンド
印西西 (川北と印西西 の池ノ内)	第1水 9:30			東部隣保館	火・金・日 8:30		川北児童公園
上野谷	第1水 9:30		火 13:30	上野谷 ふれあい館 ※サロンの内容によって 上野谷公民館に変更有	水・日 9:00		さくらの広場 ※関電の広場(10月～3月頃 は水曜に限り関電も利用)
下野谷	第3月 9:30		金 15:00	下野谷公民館 (サロン) ----- マザービレッジ ファーマーズ (ミニ広場)	月・水 13:00		公民館の グラウンド
草谷	第3水 9:30	木 9:30		草谷公民館	火・金 13:00		あたご広場
下草谷	第2金 10:00	月 10:00		下草谷公民館	火・木・土 9:00		なかよし広場
野寺	第2水 9:30			野寺構造 改善センター	第1・2・3土 (16:00or17:00)		野寺自然公園
野谷団地	第1火 10:00			野谷団地 集会所	水 9:00		(団地敷地内)広場

地元で活動したい (介護予防事業・グラウンドゴルフ)

【天満校区】

地区	サロン	広場	ミニ広場	実施場所	グラウンドゴルフ	実施場所
中村	第4木 9:30			中村公会堂	火 9:30	中村ふれあい広場
向山	第2火 9:30	水 10:00		向山公会堂	月・木・土 8:00	コスモス グラウンド
北山	第2金 9:30		火 13:30	北山集会所	日 8:30	農村公園
金守	第4金 9:30			金守公会堂	火・木・土 8:30	ふれあい広場
中一色	第2火 9:30			中一色公民館	金 8:00	中一色 児童グラウンド
西和田	第4木 9:30			西和田公民館	土 9:00	南池グラウンド
国北	第2木 9:30	火 10:00		国北公民館	月・水・金 9:00	辻ノ内公園
国岡	第4水 9:30	金 10:00		くにおか 公会堂	◆国岡 グラウンド ゴルフクラブ 月・水・木・土・日 9:00	◆城ノ池公園
					●交友会 月・火・木・金 9:00	●城ノ池公園(火・金) 中央公園ゲートボール場 (月・木)
					◎笹づ山 グラウンド ゴルフクラブ 月～金 8:30	◎笹づ山公園
国安団地	第3水 9:30		火 13:00	国安団地 集会所	火・木 8:30	辻ノ内公園
西山	第2火 10:00	木 14:00		西山集会所	水・木 9:00 (隔週交替)	団地敷地内
稲美野荘園	第1金 9:30		月 9:30 (あいあいクラブ)	いなそうホール	◆火・第1・3土 9:00 (あいあいクラブ)	稲荘西公園
			水 9:30 (福祉ネットワーク)		●木・第2・4土 9:00(自治会)	
昭和苑	第3火 9:30		1・3月 13:00	つどいの館 (サロン) 昭和苑集会所 (ミニ広場)	月・水・金 9:00	昭和苑公園
小池前	第4水 9:30	日 13:00		小池前集会所	月～土 8:30	(国安)小池公園

地元で活動したい (介護予防事業・グラウンドゴルフ)

【天満南校区】

地区	サロン	広場	ミニ 広場	実施場所	グラウンド ゴルフ	実施場所
和田	第1火 9:30	金 10:00		和田公民館	月・水 9:00	和田新池公園
幸竹	第4木 9:30	金 10:00		幸竹公会堂	火・金 9:00	幸竹 ふれあい広場
森安	第3月 9:30	木 10:00		森安公会堂	火・金・日 9:00	森安広場
六分一	第2金 9:30	金 10:00		六分一水利会館	土・日・祝 9:00	天満南幼稚園 園庭
六分一山	第1月 9:30			六分一山公民館	火・水・木・土 9:00	六分一 第2グラウンド
東山	第2火 9:30	金 10:00		東山集会所	月 9:00 水 13:30	今池公園 (加古川市平岡町)
大池	第4木 9:30	1・3水 13:30		大池集会所	水 10:00 金 9:00	六分一 第2グラウンド

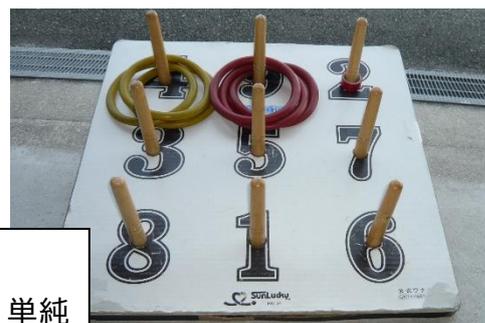
<ニュースポーツ紹介>

いきいきサロンでは、ニュースポーツを使って楽しく身体を動かす活動をしています。その一部を紹介します。



おじゃビンゴ

おじゃみをマスの中に
投げてビンゴになったら
高得点!



輪投げ

おなじみの輪投げ。単純
ですが、入るとやっぱり、
うれしい、楽しいゲーム☆



ターゲットゴルフ

テニスボールをスティックで打ち、当たると
牛乳パックが起き上がるゲームです。得点
の高い牛乳パックをねらって楽しめます。マ
イナス得点もありますよ。

地元で活動したい (介護予防事業・グラウンドゴルフ)

【天満東校区】

地区	サロン	広場	ミニ 広場	実施場所	グラウンド ゴルフ	実施場所
岡西	第2金 10:00	金 10:00		あさぎホール (サロン)	日・水 9:00	愛宕 グラウンド (岡西)
				岡西公民館 (広場)		
相ノ山	第3月 9:30		水 9:30	相ノ山集会所	火・金 9:00	相ノ山第3 グラウンド
岡東	第2火 9:30	木 9:30		岡東公会堂	土 9:00	岡東公園
出新田	第4月 9:30	水 10:00		出新田公民館	月・金 9:00 水 10:00	(月・金)柿沢池 第1公園 (水)岡神社
百丁場 連合	第4金 10:00		火 10:30	百丁場集会所		
十七丁	第1月 9:30		金 9:30	十七丁水田利用再編対策 研究所	日・火・木 9:00 ※大池クラブ参照(10P)	柿沢池 第1公園
国安	(奇数月)第3木 9:30		火 10:00	国安公民館	月・金 8:45	国安中公園
愛宕					月 9:00	稲美中央公園 グラウンド
琴池	第3月 9:30			琴池集会所	水・土・日 9:00	琴池 ふれあい広場

※季節や曜日、地区の都合により、日時・時間・場所などの変更があります。また、年会費などの詳細は各地区・各団体までお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の感染対策として、現状と掲載内容が変更となっている可能性があります。ご参加いただく前に確認をお願いします。



地元で活動したい(有志活動)

【稲美町全域】

名称	活動種類	活動日時	活動場所	備考
サンスポクラブ	グラウンドゴルフ	火 9:00	稲美中央公園 グラウンド	2,000 円/年
ニュースポーツクラブ (NSC)	グラウンドゴルフ	水 9:00	稲美中央公園 グラウンド	2,000 円/年
はまゆうチーム	ゲートボール	火・木・土 9:00	加古八幡神社 の横	
レグナコーラス	コーラス	第1・3金 16:00	東山集会所	1,000 円/月

【加古校区】

地区名(名称)	活動種類	活動日時	活動場所	備考	自治会員以外の 受け入れの可否
加古 (GG 加古の会)	グラウンド ゴルフ	木 9:00	鳴ヶ岡グラウンド	2,000 円/年	可 (加古小校区)
三四軒屋 6隣保	ラジオ体操	月～土 6:50 頃	6隣保内の広場		可

【母里校区】

地区名(名称)	活動種類	活動日時	活動場所	備考	自治会員以外の 受け入れの可否
相野グラウンド ゴルフクラブ	グラウンド ゴルフ	月 13:00	相野公会堂前 グラウンド		可
荒内	百歳体操	金 9:00	荒内集会所	初回 500 円	△要相談

地元で活動したい(有志活動)

【天満校区】

地区名(名称)	活動種類	活動日時	活動場所	備考	自治会員以外の受け入れの可否
中村 (楽しく体操)	体操	第2木 9:30	中村公会堂	500円/回	否 自治会員のみ
向山	ゲートボール	水・土・日 8:00	コスモスグラウンド横 ゲートボール場		可
国北	囲碁・将棋	第1・3土 13:00	国北公会堂		否
西山	カラオケ	第3土 18:00	西山集会所	100円/回	否
稲美野荘園	ラジオ体操	月～金 6:30	西公園		可
稲美野荘園 (あいあいクラブ)	卓球	第2・4月 13:30	いなそうホール		否 あいあいクラブ会員
稲美野荘園 (自治会)	卓球	第1・3土 13:00	いなそうホール		否
稲美野荘園 (あいあいクラブ)	囲碁ボール	第2・4金 13:30	いなそうホール		否 あいあいクラブ会員
稲美野荘園 (あいあいクラブ)	カラオケ	第2・4木 13:30	いなそうホール		否 あいあいクラブ会員
稲美野荘園 (いなそうカフェ)	喫茶 (福祉ネットワーク)	水 13:00	いなそうホール	100円/回	否
稲美野荘園 (花咲会)	花の手入れ	水 9:00	竜ヶ池周辺		否
稲美野荘園	ゲートボール	水 8:30	西公園		否
稲美野荘園 (吟詠サロン)	詩吟	第1・3金 19:00	いなそうホール		否
小池前	麻雀	第1・3・5日 8:30	小池前集会所		否 小池万葉クラブ会員
小池前	女性麻雀	第1・2金 13:00 第3・4月 13:00	小池前集会所		否 小池万葉クラブ会員
小池前	女性GG	第1・2金 10:00 第3・4月 10:00	(国安)小池公園		否 小池万葉クラブ会員
小池前	女性カラオケ	第4木 10:00	小池前集会所		否 小池万葉クラブ会員

地元で活動したい(有志活動)

【天満南校区】

地区名(名称)	活動種類	活動日時	活動場所	備考	自治会員以外の受け入れの可否
東山	ラジオ体操	月～金 7:00	和田新池公園		可
東山 (三味の会:長唄)	三味線	水 14:00	東山集会所	2,000 円/年	
東山 (花づくりの会)	花の手入れ	木 9:30	東山集会所	1,000 円/年	否
東山 (おもいで歌サークル)	歌	第3火 13:00	東山集会所		否 華甲会会員
六分一	カラオケ	第2火 9:00	六分一水利会館	1,000 円/年	否 いきいきクラブ会員
六分一山	手芸	第1月 13:00	六分一山公民館	実費	否 老人クラブ会員
六分一山 (喫茶令和)	喫茶	第3月 10:00	六分一山公民館	100 円/回	否 老人クラブ会員
大池 ひまわり会	大正琴	月 9:45～11:45 掲示板で練習日を 確認してお越しください。	大池集会所	2,000 円/月	否
大池 (卓球ピース)	卓球	金 13:00 (祝日は休み)	大池集会所		否
大池	ラジオ体操	月～土 6:30	天満大池公園 青空広場		可
第五昭和苑	絵手紙	火 10:00 (月 1 回)	第五昭和苑 集会所	※練習日は 要確認	否

【天満東校区】

地区名(名称)	活動種類	活動日時	活動場所	備考	自治会員以外の受け入れの可否
十七丁・岡西 (大池クラブ)	グラウンド ゴルフ	日・火・木 9:00	柿沢池第一公園		否
岡西 ストレッチャーズ	ストレッチ体操	第 2・4水 10:30	岡西公民館	500 円/回	否
岡西・相ノ山 (にこにこ)	ラジオ体操	火・金 8:30	有志自宅敷地内 (岡西)		可

※上記の時間は、都合や季節により変更になる場合があります。ご確認の上でご参加ください。また、参加には一定の条件がある場合もあるので、主催団体に確認をお願いします。

※原則は、その活動地域または自治会員を対象とした活動です。

趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

加古福社会館

五月さつき(阜)会(ショートテニス)

健康維持のために一緒からだを動かしましょう。
(若干名募集)

活動日時	毎月曜9:00~11:30	
活動場所	加古福社会館	
費用	入会金約600円	
連絡先	直接見学にお越しください。 (三宅氏)	

パンジー卓球クラブ(卓球)

経験者の方、一緒に卓球をして汗を流しましょう。
(若干名募集)

活動日時	(原則)第2・4月曜13:00~15:00	
活動場所	加古福社会館	
費用	入会金500円(ピン球代)	
連絡先	直接見学にお越しください。 (木暮(こぐれ)氏)	

コスモス会(太極拳)

指導者はいませんが、経験者同士で音楽に合わせて楽しんでやっています。おしゃべりの時間も楽しみの一つです。

活動日時	毎月曜13:00~16:00	
活動場所	加古福社会館	
費用	入会金1,000円	
連絡先	直接見学にお越しください。 (澤田氏)	

びわの会(絵手紙)

講師のいない同好会です。季節の花や野菜、果物などを見ながら和気あいあいと描いています。興味のある方はお気軽に見学にお越しください。

活動日時	第1月曜13:30~15:00	
活動場所	加古福社会館	
費用	実費のみ	
連絡先	直接見学にお越しください。 (山口氏)	

いのち
生命の貯蓄体操(気功養生術)

身体の柔軟性をつくるのが、健康づくりにつながっていきます。

活動日時	(原則)毎火曜9:30~11:30	
活動場所	加古福社会館	
費用	2,300円/月(入会金2,000円)	
連絡先	直接見学にお越しください。 (渋谷(しぶたに)氏)	

リズム体操(体操)

イスに座って行う有酸素運動・有酸素トレーニングです。いつまでも元気でいるために必要な運動と脳活を行っています。

活動日時	毎火曜10:00~11:30	
活動場所	加古福社会館	
費用	500円/回	
連絡先	直接見学にお越しください。 (吉田氏)	



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

加古福社会館

囲碁同好会

囲碁は、頭と手を使うので、認知症予防につながります。長く出来る生きがいを見つけませんか。

活動日時 毎火曜13:00～17:00

活動場所 加古福社会館

費用 0円

連絡先 直接見学にお越しください。
(坂井氏)



※写真は別の会場

稲美オパールズ(卓球)

健康と交流を目的に、一緒に体を動かしましょう。ラケットを持ったことがある方はどうぞ。

活動日時 毎火曜13:00～16:00

活動場所 加古福社会館

費用 入会金1,500円(ピン球代含)

連絡先 直接見学にお越しください。
(有村氏)



3B体操(体操)

3B体操で、健康で美しく過ごしましょう。

活動日時 毎火曜13:30～15:00

活動場所 加古福社会館

費用 2,000円/月 ※他、実費あり

連絡先 直接見学にお越しください。
(本岡氏)



岳風会(詩吟)

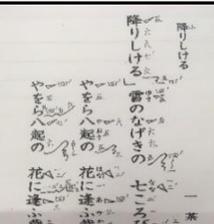
声を出すと健康によく、ストレス発散になって気持ちも良いです。発表の場があること、級が上がることも練習の励みになりますよ。

活動日時 毎火曜13:30～16:00

活動場所 加古福社会館

費用 約2,000円/月

連絡先 090-2287-8528
(塚本氏)



らくらく3B体操(体操)

らくらく3B体操で、健康で美しく過ごしましょう。

活動日時 毎水曜10:00～11:30

活動場所 加古福社会館

費用 2,000円/月 ※他、実費あり

連絡先 直接見学にお越しください。
(本岡氏)



フォークダンス同好会

心身ともに健康であること、みんなで楽しく踊り、いつまでも輝き続けることは、最高です☆

活動日時 第1・2・3金曜 9:30～11:30

活動場所 加古福社会館

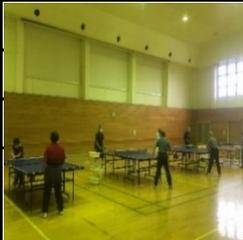
費用 0円

連絡先 直接見学にお越しください。
(松野氏)



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

加古福社会館

ファミリークラブ(卓球)		
経験がない方も一緒に楽しみましょう。体づくりが第一です。新しい方、歓迎です。		
活動日時	毎金曜13:00～15:00	
活動場所	加古福社会館	
費用	0円(ボール消耗時200円)	
連絡先	直接見学にお越しください。 (後藤氏)	

ラケットフレンズ(卓球)		
健康維持のために活動しています。中には試合に出ている人もいますよ。まずは見学にお越しください。		
活動日時	毎土曜9:00～11:30	
活動場所	加古福社会館	
費用	約500円/年(入会金1,000円)	
連絡先	直接見学にお越しください。 (三宅氏/緒形氏)	

木下ヨガ		
ヨガを通して自分の体と対話をしています。日常生活に支障が出ないための体操(健康づくり)と一緒にしませんか。		
活動日時	(原則)第1・2・3土曜10:00～11:45	
活動場所	加古福社会館	
費用	500円/回	
連絡先	活動日が変更になっている場合があるため、事前に確認の上、直接見学にお越しください。	

リメイククラブ(裁縫)		
着物のリメイクを中心に自分が作りたい物を作ります。指導者はいませんが、楽しく手縫い、ミシン(各自持参)かけをします。		
活動日時	日曜13:00～17:00(月1回)	
活動場所	加古福社会館	
費用	0円	
連絡先	活動日を確認の上、直接見学にお越しください。 (澤田氏)	



加古福社会館
 稲美町加古4369-3
 午前9時～午後5時まで
 定休日:木曜・祝日など
 電話:079-492-0041



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

母里福社会館

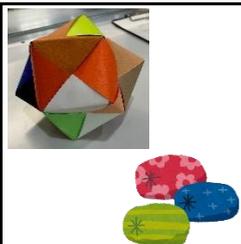
らくらく3B体操(健康体操)		
音楽に合わせて仲間と一緒に動きましょう！		
活動日時	毎月曜9:00～10:00	
活動場所	母里福社会館	
費用	2,000円/月	
連絡先	090-8821-8215 (石原氏)	

ショートテニスつぼみ		
無理せず体を動かすことを大切にしています。笑いあり、話あり、楽しいショートテニスです。		
活動日時	第2・4水曜9:30～12:30	
活動場所	母里福社会館	
費用	0円(※都度ボール代有り)	
連絡先	直接見学にお越しく下さい。 (古賀氏)	

自彊術		
自然治癒力を高め、身体を整える体操です。		
活動日時	毎水曜13:00～14:30	
活動場所	母里福社会館	
費用	2,000円/月(年会費3,000円)	
連絡先	090-9164-8822 (萩野(はぎの)氏)	

<small>にっぽん たるみ りゅうぎんえいかい</small> 日本樽美流吟詠会(詩吟)		
大きな声を出すとスッキリしますよ。とても楽しく活動しています。		
活動日時	毎水曜13:00～15:00	
活動場所	母里福社会館	
費用	2,000円/月	
連絡先	直接見学にお越しく下さい。 (杉本氏)	

<small>しん ゆう かい</small> 親遊会(卓球・ショートテニス)		
みんなで楽しく運動できる方、お待ちしております☆		
活動日時	毎水曜13:00～16:30	
活動場所	母里福社会館	
費用	500円/年(ボール代)	
連絡先	直接見学にお越しく下さい。 (溝口氏)	

趣味の会きらら(運動・制作)		
ニュースポーツなどの運動や体操、折り紙などを一緒につくりませんか。おしゃべりの時間も楽しいですよ☆		
活動日時	第3水曜10:00～12:00	
活動場所	母里福社会館	
費用	0円	
連絡先	直接見学にお越しく下さい。 (福永氏)	



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

母里福社会館

囲碁同好会

囲碁は、頭と手を使うので、認知症予防につながります。長く出来る生きがいを見つけませんか。

活動日時 毎木曜13:00～17:00

活動場所 母里福社会館

費用 0円

連絡先 直接見学にお越しください。
(坂井氏)



※写真は別の会場

いきいきクラブ(ショートテニス)

みんなで楽しくショートテニスをしています。おしゃべりの時間もとても楽しいですよ。

活動日時 毎土曜13:00～16:30

活動場所 母里福社会館

費用 100円/回

連絡先 直接見学にお越しください。
(福田氏)



フランス刺繍

小物から作品作りができます。一針一針布に刺し込んでいく根気のいる作業ですが、出来上がった時のうれしさは格別です。

活動日時 (原則) 第2・4土曜13:30～16:30

活動場所 母里福社会館

費用 実費

連絡先 直接見学にお越しください。
(山口氏)



母里福社会館
稲美町野寺113-1
午前9時～午後5時まで
定休日:火曜・祝日など
電話:079-495-0004



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

総合福祉会館

あじさいフレンズ(大正琴)	
大正琴を通じて、皆さんで音楽を楽しみましょう♪	
活動日時	月曜9:45～11:45(月2回)
活動場所	総合福祉会館
費用	2,000円/月
連絡先	活動日を確認の上、直接見学にお越しください。 (川端氏)



稲美万葉スポーツクラブ(リズム体操)	
健康づくり・仲間づくりをしています。みんなで楽しくおしゃべりする時間もありますよ。	
活動日時	(原則)月曜9:00～11:00(月3回)
活動場所	総合福祉会館
費用	約1,500円/月
連絡先	活動日を確認の上、直接体験にお越しください。 (大西氏)



自彊術	
自然治癒力を高め、身体を整える体操をしています。	
活動日時	毎月曜10:30～12:00
活動場所	総合福祉会館
費用	2,000円/月(年会費3,000円)
連絡先	090-9164-8822 (萩野(はぎの)氏)



紙切虫の会(切り絵)	
作品づくりやおしゃべりを楽しみながら、元気に活動しています。材料費もあまりかかりません。手を動かすことで頭の体操になりますよ。お気軽に、見学にお越しください。	
活動日時	(原則)月曜13:30～(月1回)
活動場所	総合福祉会館
費用	1,000円/年
連絡先	活動日を確認の上、直接見学にお越しください。 (佐藤氏)



コスモスフレンズ(大正琴)	
大正琴を通じて、皆さんで音楽を楽しみましょう♪	
活動日時	火曜9:45～11:45(月2回)
活動場所	総合福祉会館
費用	2,000円/月
連絡先	活動日を確認の上、直接見学にお越しください。 (川端氏)



なつかしの心歌(昭和歌謡)	
伴奏に合わせてみんなで歌っています。一人では恥ずかしくてもみんなと一緒に歌えますよ。換気やマスクなど感染対策も行いながら、活動しています。	
活動日時	(原則)第2・4火曜10:00～11:30
活動場所	総合福祉会館
費用	500円/回
連絡先	078-955-8096 (大国氏)



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

総合福祉会館

囲碁同好会	
<p>囲碁は、頭と手を使うので、認知症予防につながります。長く出来る生きがいを見つけませんか。</p>	
活動日時	毎水曜13:00～17:00
活動場所	総合福祉会館
費用	0円
連絡先	直接見学にお越しください。 (坂井氏)



※写真は別の会場

さくらフレンズ(大正琴)	
<p>大正琴を通じて、皆さんで音楽を楽しみましょう♪</p>	
活動日時	木曜(月2回)
活動場所	総合福祉会館
費用	2,000円/月
連絡先	活動日と活動時間を確認の上、 直接見学にお越しください。 (川端氏)



ちぎり絵同好会	
<p>指先を動かすことで頭の体操になり、おしゃべりも楽しい時間です。紙の毛羽を出すことは難しいですが、作品が出来上がると嬉しいです。</p>	
活動日時	第3水曜13:00～15:30
活動場所	総合福祉会館
費用	500円/月 他材料費
連絡先	直接見学にお越しください。 (工藤氏)



総合福祉会館
 稲美町国岡6丁目184
 午前9時～午後5時まで
 定休日:日曜・祝日など
 電話:079-492-4479



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

なんなん広場(天満南小学校内)

優子ヨガ	
「心」と「呼吸」を穏やかにするヨガをしています。無理なく、楽しく、ゆるく、笑顔いっぱい活動しています。是非、ご参加ください。	
活動日時	第2・4火曜9:30~10:30
活動場所	なんなん広場
費用	500円/回
連絡先	直接見学にお越しください。 (坂崎氏)



キャラメルクラブ(トランポ・ロビックス)	
日々を健康に、安全に、安心して暮らしていくことが出来る体力をつけることを目的として活動しています。	
活動日時	毎火曜10:30~11:30
活動場所	なんなん広場
費用	2,000円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (杉本氏)



なんなん絵手紙教室	
日本絵手紙協会に所属しています。「ハタでいいハタがいい」皆さま、お越しください。	
活動日時	第3火曜 9:30~12:00
活動場所	なんなん広場
費用	1,000円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (坂元氏)



英会話教室	
講師はおらず、和訳をしたりリスニングをしたり初期レベルの勉強をしています。学ぶこととコミュニケーションをとることを大切にしています。お気軽に見学にお越しください。	
活動日時	火曜13:30~15:30
活動場所	なんなん広場
費用	300円/年(会場費)
連絡先	直接見学にお越しください。 (福井氏)



ブルーウィンドー(ウクレレ)	
ウクレレを通してコミュニケーションをとっています。年齢は関係ありません。楽しくやっていますよ。	
活動日時	水曜9:00~12:00(月4回)
活動場所	なんなん広場/総合福祉会館
費用	0円
連絡先	直接見学にお越しください。 (岡本氏)



晴れやかヨガ	
「心」と「呼吸」を穏やかにするヨガをしています。無理なく、楽しく、ゆるく、笑顔いっぱい活動しています。是非、ご参加ください。	
活動日時	(原則)第2・4木曜10:00~11:00
活動場所	なんなん広場
費用	500円/回
連絡先	直接見学にお越しください。 (斎藤氏・滝口氏)



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

なんなん広場(天満南小学校内)

ハッピークラフト(クラフト)	
クラフトバンドで雑貨づくりをしています。初心者の方は簡単なカゴからスタートします。キットは用意するので、お気軽にご参加ください。	
活動日時	(原則)第2木曜 9:30~12:00
活動場所	なんなん広場
費用	1,000円/月 他材料費
連絡先	直接見学にお越しください。 (梶川氏)



パソコン教室	
初歩からの教室です。パソコンについてあまりご存知でない方も、どうぞお越し下さい。1年コースなので申し込みは3月中にお願いします。	
活動日時	第2・4木曜 13:00~15:00
活動場所	なんなん広場
費用	7,000円/年(全20回)
連絡先	079-492-7690 (なんなん広場)



なんなん大正琴同好会	
大正琴を通じて、皆さんで音楽を楽しみましょう♪	
活動日時	第1・3金曜10:00~12:00
活動場所	なんなん広場
費用	2,000円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (川端氏)



パンフラワー	
粘土を使うので、失敗しても作り直すことができます。手を使うので脳にも刺激があつて良いところですよ。情報交換も楽しいですよ。	
活動日時	第4金曜 9:00~12:00
活動場所	なんなん広場
費用	1,500円/月
連絡先	直接見学が電話ください。 090-3718-5345 (奥谷氏)



囲碁同好会	
囲碁は、頭と手を使うので、認知症予防につながります。長く出来る生きがいを見つけませんか。	
活動日時	毎金曜13:00~17:00
活動場所	なんなん広場
費用	300円/年
連絡先	直接見学にお越しください。 (坂井氏)



すみれ会(銭太鼓)	
一緒に銭太鼓をしませんか。手も頭も使うので、いい刺激になりますよ。おしゃべりの時間も魅力の一つです。	
活動日時	月末頃13:30~16:00(月1回)
活動場所	なんなん広場
費用	約100円/月
連絡先	活動日時を確認の上、直接見学にお越しください。 (河元氏)



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

なんなん広場(天満南小学校内)

詩吟教室(千峰流)	
大きな声を出すとストレス解消、健康維持につながります。楽しみながら活動しています。	
活動日時	第1・3土曜 13:30~15:00
活動場所	なんなん広場
費用	1,500円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (岡本氏)



マジッククラブ	
手品を趣味にあなたもマジックにチャレンジ！一緒に楽しみましょう！！	
活動日時	第2土曜 13:30~15:30
活動場所	なんなん広場
費用	500円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (高橋氏)



なんなん広場(天満南小学校内)
稲美町森安81
午前9時~午後5時まで
定休日:月曜・祝日など



加古大池管理棟
稲美町加古1678
午前9時~午後5時まで
定休日:月曜・祝日の翌日など
電話:079-492-8885

加古大池管理棟

コスモス(フォークダンス)	
楽しくみんなで踊っています。何度も踊ることで覚えられますよ。是非、お越しください。	
活動日時	毎金曜9:30~11:30
活動場所	加古大池管理棟
費用	1,000円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (川本氏)



ヨガクラブ	
身体に合わせてゆるゆるとやってみましょう。自分で自分を整えていきましょう。	
活動日時	第1・3土曜14:00~15:30
活動場所	加古大池管理棟
費用	500円/回+貸館割り勘分
連絡先	直接見学かメールください。 1035iiyo@gmail.com (金廣氏)



趣味・交流を楽しみたい／身体を動かしたい

農村環境改善センター

<h3>健康太極拳</h3>	
ストレッチや筋力トレーニングを行った後、太極拳を行っています。	
活動日時	第1・2・3火曜16:00～17:00
活動場所	農村環境改善センター
費用	2,000円/月
連絡先	動きやすい服装、靴を持参の上、直接見学にお越しください。 (水野氏)



<h3>楽しい書道</h3>	
筆を持って、字を書くこと、紙との対話を楽しみましょう。	
活動日時	第1・3火曜13:00～15:00
活動場所	農村環境改善センター
費用	2,000円～/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (山口氏)



<h3>KSS(体操)</h3>	
いつまでも元気に若々しく！運動で健康寿命を伸ばしましょう！	
活動日時	水曜9:30～10:30(1期全11回)
活動場所	農村環境改善センター
費用	4,400円/11回(1期)
連絡先	090-5469-9108 (戸嶋氏)



<h3>3B体操教室(健康体操)</h3>	
音楽に合わせて、仲間と一緒に動きましょう！	
活動日時	毎水曜 10:15～11:45(月4回)
活動場所	農村環境改善センター
費用	2,500円/月
連絡先	090-8821-8215 (石原氏)



<h3>コスモス(フォークダンス)</h3>	
楽しくみんなで踊っています。何度も踊ることで覚えられますよ。是非、お越しください。	
活動日時	毎水曜13:00～15:00
活動場所	農村環境改善センター
費用	1,000円/月
連絡先	直接見学にお越しください。 (川本氏)



※写真は別の会場



農村環境改善センター
 稲美町六分一541-2
 午前9時から午後10時まで
 定休日:月曜・祝日など
 電話:079-492-5251



地域の役に立ちたい／ボランティア

ボランティア連絡会グループ一覧	
いきいきサロンボランティア	各自治会で月1回開催されている「いきいきサロン」の運営をお手伝いしています。参加者の皆さんと一緒に楽しみましょう。
稲美点訳サークルすみれ	視覚障がいのある方への情報提供の他、広報や社協だより、絵本の点訳、小中学校での点訳教室を行っています。マイペースでできるボランティア活動です。
要約筆記「ひだまり」	聴覚障がいのある方の社会参加と社会生活の向上を目的に、情報を文字で伝える活動をしています。第4木曜にひだまりカフェをしています。どなたでもご参加ください。
ポンポコー座	多くの方との交流の輪をつないでいく活動をしています。南京玉すだれや皿回しなどを披露しています。情報交換も盛んで、和気あいあいと活動していますよ。
POPスター(歌謡ボランティア)	歌の好きな方が集い、懐メロ喫茶をしているグループです。毎週土曜10:00～12:00まで、なんなん喫茶(天満南小校内)でお待ちしています。
稲美ぽっかぽかグループ	役場周辺のゴミ拾いを行い、月1回ごみゼロ作戦をしています。また、当番で水やりなど花壇の整理を行っています。
のじぎく会	町内の竹林を整備し、年1～2回の竹炭づくりや竹細工づくりなどの活動を行っています。
花一輪まちづくりの会	人々の生活や心を豊かにし、心の交流を深めることを目的に役場玄関前を花で飾る活動をしています。



お問い合わせ先
 稲美町社会福祉協議会
 稲美町ボランティアセンター
 電話:079-492-8668



地域の役に立ちたい／生活支援

【稲美町全域】

公益社団法人 加古郡広域 シルバー人材センター	
主に町内の管理業務や清掃活動、剪定、草刈りなどの仕事を担っています。健康づくりや仲間づくりがしたい方、地域に貢献したい方は是非ご登録ください。	
活動日時	相談に応じて
活動場所	町内、公共施設、一般家庭など相談に応じて
費用	登録料2400円(年間)
連絡先	079-492-6483 (藤原氏)



おたがいさん(地域生活支援事業)

支援の必要な方(高齢独居、障がいのある方、子育て世帯)に対して暮らしのちょっとした困りごとをお手伝いします。

活動日時	月～金 9:00～17:00
活動場所	利用者宅・敷地
費用	300円/時間
連絡先	079-492-8668 (稲美町社会福祉協議会)



【地区別】

(稲美野 荘園) ちょっと手助けまちづくりの会	
稲美野荘園自治会会員を対象として、生活上でちょっと手助けの必要なことを支援する活動をしています。	
活動日時	応相談
活動場所	利用者宅・敷地
費用	300円/30分
連絡先	稲美野荘園ちょっとの会 代表(高瀬氏)



(大池) ちょこっとお助けの会	
大池さくらクラブ内の有志会員が中心となって、自治会内にお住いの方で、生活上ちょこっと手助けが必要なこと(剪定や草引きなど)を支援する活動をしています。	
活動日時	応相談
活動場所	利用者宅・敷地
費用	300円/時間
連絡先	大池さくらクラブお助けの 会代表(野田氏)



加古郡広域シルバー人材センター
稲美町岡1612-2
午前8時30分～午後5時15分
定休日:土曜・日曜・祝日など
電話:079-492-6483



生活支援（配食・買い物支援・相談窓口）

見守り配食事業(社協)	
高齢や障がいなどで調理が困難な家庭に、毎週水曜に、民生委員児童委員が見守りを兼ねて食事(昼食)をお届けしています。 (民生委員を通じての申込が必要)	
活動日時	毎水曜(7・8月と祝日を除く)
活動場所	—
費用	200円/食
連絡先	079-492-8668 (稲美町社会福祉協議会)



食の自立支援事業(役場)	
高齢者等の食生活の自立を支えるために、虚弱等により調理が困難な高齢者宅に栄養バランスのとれた食事(昼食)をお届けし、安否確認を行います。 (町民税非課税世帯を対象など他にも要件あり)	
活動日時	月曜～土曜(昼食)
活動場所	—
費用	345円/食(普通食)
連絡先	079-492-9137 (稲美町役場 高齢福祉係)



買いもん行こカー	
日の出みりん協賛の車両を利用して、毎週1回、決まった曜日、決まった時間にご自宅玄関から店舗まで買い物への送迎を行っています。	
活動日時	月曜～金曜
活動場所	コープこうべ稲美店
費用	無料
連絡先	0120-44-3100 (コープこうべ)



コープこうべ個人宅配「こはい」	
決まった曜日・時間帯にご自宅までお届け。お留守でも受け取りOK!	
活動日時	火曜～土曜
活動場所	利用者宅
費用	210円/週(原則)
連絡先	0120-44-3100 (コープこうべ)



高齢者の相談窓口(役場)	
地域にあるさまざまな医療機関、福祉機関、介護サービス事業所や住民団体などと協力し、高齢者の生活を包括的に支えていくための相談窓口です。 高齢者や家族、地域の方からの福祉や介護、介護予防等の相談、対応支援をしています。	
場所	稲美町役場(いきがい創造センター内)
名称	稲美町地域包括支援センター
連絡先	079-492-9150

高齢者の相談窓口	
在宅の高齢者や認知症の方、その家族を対象に、在宅介護等に関する総合的な相談、対応支援をしています。 (無料)	
場所	特別養護老人ホーム(介護老人福祉施設) 稲美苑内
名称	在宅介護支援センター稲美苑
連絡先	079-492-7602



学びたい・思いを共有したい

カフェいこい なんなん幸	
認知症の方やご家族、地域の方、介護や医療の専門職などがお茶を飲みながら話をしたり、情報交換をしたり、楽しく交流できる場所です。	
活動日時	第3金曜 10:00~12:00
活動場所	なんなん広場
費用	100円
連絡先	079-492-1257 (大西氏)
	

カフェいこい 母里カフェ	
認知症の方やご家族、地域の方、介護や医療の専門職などがお茶を飲みながら話をしたり、情報交換をしたり、子どもたちとも楽しく交流できる場所です。	
活動日時	10:00~12:00(不定期)
活動場所	いなみ野母里こども園
費用	無料
連絡先	開催日時を確認ください。 079-495-1550 (福永氏)
	

生きづらさをかかえる成人をもつ親のつどい	
発達障害などのちょっとした違いで社会とうまく距離がつかめない、などの困り感をお持ちの成人の子どもをもつ親の会です。	
活動日時	第2水曜 10:00~12:00
活動場所	障害者ふれあいセンター
費用	無料
連絡先	稲美町社会福祉協議会 079-492-8668
	

どんまい!!れんげ草ママの会(障がい児をもつ親の会)	
ハンディのある学齢期のお子さんの親の会です。	
活動日時	第3水曜 10:00~11:00
活動場所	障害者ふれあいセンター
費用	無料
連絡先	稲美町社会福祉協議会 079-492-8668
	

ほっとファミリー(認知症を学ぶ会)	
認知症の方を支えている皆さんが「ほっ」とできる場づくりを目的としています。	
活動日時	第4木曜 10:00~12:00
活動場所	障害者ふれあいセンター
費用	無料
連絡先	稲美町社会福祉協議会 079-492-8668
	

さくら草の会(介護者の会)	
介護者の皆さんの心のリフレッシュを目的としています。介護の種別は問いません。	
活動日時	第4金曜 10:00~12:00
活動場所	障害者ふれあいセンター
費用	無料
連絡先	稲美町社会福祉協議会 079-492-8668
	



学びたい・思いを共有したい

【稲美町役場 職員おでかけ講座】

稲美町では、わかりやすく親しみやすい町政を目指し、町職員等が地域の公民館や集会所に出向いて、町の仕組みや制度、事業の内容などをわかりやすく説明する「職員おでかけ講座」を実施しています。

日頃から気になっていることについて学んでみませんか。町内に在住、通勤、通学している5人以上で構成された団体・グループならどなたでもご利用いただけます。

- ・ 原則午前9時から午後9時までの2時間以内。(年末年始を除く土日、祝日も可)
- ・ 利用は無料。
- ・ 公民館、集会所等で開講し、町職員等が講師。(会場費や材料費の実費などは申込者負担)
- ・ 開講希望日の14日前までに講座担当課に申し込みが必要。

No.	講座名	内容	時間	備考	講座担当課
1	町の総合計画(将来計画)を知ろう	令和4年度から10年間の町の将来計画を定めた「稲美町第6次総合計画」の内容を説明します。	30分		企画課
2	町の地方創生の取り組み	人口減少に歯止めをかけ、稲美町の特性を生かした地域社会を創生するための取り組みを説明します。	30分		企画課
3	公共交通について	稲美町の公共交通(路線バスや、デマンド型乗合タクシー「あいのりいなみ」など)について説明します。	30分		企画課
4	効率的な行財政運営をめざして	稲美町の行財政改革大綱や実施計画に沿って、その取組内容を説明します。	30分		企画課
5	認可地縁団体制度について	自治会が不動産登記等を行えるようにするための、法人格の取得手続について説明します。	60分		企画課
6	空き家等対策について考えよう	空き家等対策の計画、相談対応、活用支援、空き家バンクについて説明します。	30分		企画課 生活環境課 都市計画課
7	まちの財政講座	予算や決算などまちの財政状況について説明します。	30～45分		総務課
8	選挙のしくみ	選挙制度全般について説明します。	40分		総務課
9	税金のはなし	町に納めていただいている税金の計算方法などについて説明します。	30分		税務課
10	マイナンバーカードの申請について	マイナンバーカードの申請方法について説明します。	30分		住民課

学びたい・思いを共有したい

11	戸籍・住民票等本人通知事業	戸籍・住民票の写し等の不正請求等個人の権利の侵害の防止制度について説明します。	30分		住民課
12	知っておこう「国保」	国民健康保険の仕組みと手続きについて説明します。	30分		住民課
13	障がい福祉制度について	障がい福祉サービス、医療費、補装具、各種サービスの手続きなど障がいのある方の生活支援について説明します。	30分		地域福祉課
14	障害者差別解消法のはなし	障がいを理由とする差別の禁止や差別を解消するための措置などを定め、相互に人格を尊重しあいながら共生する社会の実現について説明します。	30分		地域福祉課
15	障害者基本計画・障がい福祉計画について	だれもが安心して暮らせる共生社会の実現にむけて策定した「障害者基本計画・障がい福祉計画」について説明します。	30分		地域福祉課
16	これからの地域における福祉について	地域共生社会をみんなで作ることを目指す「稲美町地域福祉計画」について説明します。	30分		地域福祉課
17	老若男女、みんなで健康づくり！	身体計測、生活習慣病予防、健康づくりについて説明します。	90分		健康福祉課
18	地域で支える「認知症」のはなし【認知症サポーター養成講座】	認知症の基礎知識等について、パンフレット等を用いてわかりやすく説明します。 ※受講者にはリングを配付します。	90分	キャラバンメイトが講師です。	健康福祉課
19	子育てを楽しく！「稲美の子育て支援」	稲美町の実施している子育て支援及びまちの子育てひろばの取組を紹介します。	30分		こども課
20	気をつけよう悪質商法	DVDやロールプレイングを通して、悪質商法の手口を知り、被害の防止と対処法について学びます。	60分	実施は月・水・金 10:00～15:00 申込期限は実施日の30日前	危機管理課 (消費生活相談員対応)
21	ネット・ケイタイから子どもを守る	インターネットの特徴を知り、ロールプレイングやゲームを通して被害の防止や対処法について学びます。	60分	実施は月・水・金 10:00～15:00 申込期限は実施日の30日前	危機管理課 (消費生活相談員対応)
22	AED(自動体外式除細動器)普通救命講習	心室細動という致命的な不整脈による突然の心停止におけるAEDの使い方について学びます。	180分	実施は平日 申込期限は実施日の30日前	危機管理課
23	防災センター体験学習	災害時における地震への対応、消火器の使い方及び施設等について体験・見学していただきます。 ※防災センターに現地集合	180分	実施人数は15人以上 申込期限は実施日の90日前	危機管理課

学びたい・思いを共有したい

24	防災・減災について知ろう	災害から命を守るために、防災・減災に関する取り組みを説明します。	60分	実施日の30日前	危機管理課
25	環境出前講座	17種類の環境に関する講座を用意しています。詳しくは環境出前講座メニューをご覧ください。	30分		生活環境課
26	農業について	農業について、補助メニュー、補助対象事業等を説明します。	30分		産業課
27	土地改良事業について	土地改良事業について、補助メニュー、補助対象事業を説明します。	30分		産業課
28	地籍調査って何をするの	未調査地域での地籍調査の目的と必要性について説明します。	60分		土木課
29	稲美町の都市計画	まちの都市計画の現状とまちの将来の基本的な方針について説明します。	30分		都市計画課
30	田園集落まちづくりの取り組みについて	市街化調整区域の集落が建築制限の緩和を目的に行う田園集落のまちづくり(兵庫県特別指定区域制度)の内容や進め方について説明します。	30～60分		都市計画課
31	水道のはなし	稲美町の水のはなしと、日頃家庭での上水道の管理方法について説明します。	30分		水道課
32	下水道のはなし	家庭から出た汚水が、処理されて海に放流されるまでの流れや、家庭での管理や工夫について説明します。	30分		水道課
33	町議会のしくみと役割	町議会のしくみや役割、運営について説明します。	30分		議会事務局
34	児童・生徒への取り組みについて	様々な問題行動から見えてくるものと、その対応について説明します。	30分		教育課
35	家庭で指導する子どもの情報モラル	ネットいじめ、有害情報などから子どもを守るための留意点について説明します。	30分		教育課
36	人権のはなし	人権課題の現状と稲美町の取組について説明します。	30分		人権教育課 地域福祉課
37	まちの文化財	まちの指定文化財を題材にした歴史講座です。	30～60分		生涯学習課
38	生涯学習のはなし	どうして生涯学習が必要なのか、学校の勉強とどう違うのか、町にはどんな学習の場があるのか等を説明します。	30～60分		生涯学習課
39	健康スポーツ講座	コーディネーショントレーニング・ポールウォーキング・ニュースポーツ等を取り入れた健康づくり・運動能力向上のための体験講座です。	60～120分		生涯学習課

学びたい・思いを共有したい

福祉懇談会のご案内

稲美町社会福祉協議会では、地域の皆さんと一緒に勉強したり、一緒に考えたり、ひざを突き合わせての懇談会を実施しています。

自分たちの住む地域のこれからについて
地域でやってみたいことについて 気になることについて 等々
皆さんで共有し話し合いませんか？

【テーマ】 地域の悩みごと

少子高齢化

防災と福祉

地域の見守り

自治会の
今後について

高齢者だけ
の世帯

集う場がない

近所で
気になる人がいる

今もこれからも暮らしていく
自分たちの地域について一緒に考えましょう

研修会 (何人でも可)

(内容例)

- 認知症について
- 障がいについて
- 介護保険制度について
- 社会福祉協議会とは？
- 判断能力が低下したら？
- 防災関連ゲーム 等

懇談会

(少人数で膝を突き合わせたい)

(内容例)

- 地域での声かけ・見守り・助け合いについて
- 居場所づくりについて 等

まずは稲美町社協までご連絡ください!!

原則、自治会単位での開催となりますが、ご希望の会合があれば検討させていただきます。

【申込・問合せ】 稲美町社会福祉協議会 事務局 (平日午前8時30分~午後5時15分)
電話 079-492-8668 FAX 079-492-9170
メール inami-shakyo@bb.banban.jp

～むすびに～

この「地域の支えあい・健康づくり 活動ガイド」の作成・発行にあたり、快く取材に応じてくださった各団体の皆さま、また関係機関の皆さまに厚くお礼申し上げます。

そして、この冊子を手にとり下された皆さまの、明日からの“支えあいづくり・健康づくり”の一助となっていくことを心から願っています。

また、今後のために、皆さまからのご意見やご要望の声もお待ちしておりますので、是非お寄せいただけたらと思います。

【稲美町内マップ】



※この「地域の支えあい・健康づくり 活動ガイド」の発行は、多くの皆さまの手に触れ、一人でも多くの人が“支えあいづくり・健康づくり”に参加されることを目的としているため、複製を許可します。



Cafe
 へようこそ
 毎週水曜日(祝日
 除く)
 13:00~15:00
 コーヒー紅茶 100円
 どなたでも大歓迎
 お待ちしています!!



この冊子は、以下の場所で配布しています。

- ・稲美町社会福祉協議会／地域包括支援センター(役場)
- ・加古福祉会館／母里福祉会館／総合福祉会館
- ・なんなん広場／加古大池管理棟／農村環境改善センター

【お問い合わせ先】

稲美町社会福祉協議会 平日:午前8時30分~午後5時15分
 電話:079-492-8668 FAX:079-492-9170
 メール:inami-shakyo@bb.banban.jp

令和5年3月 1000部