

5.社会参加・交流 ～高齢者の生きがいづくりを応援します～

47	盛岡ゆうゆう大学	盛岡市内全域
<p>●対象者：60歳以上の方</p> <p>●内 容： いつまでも知的好奇心を持ち、生きがいを共感できる生涯学習の場です。本校講座と地域校講座、特別講座を開設しています。地域での仲間づくりや、新しいことにチャレンジしたいという方の入学をお待ちしております。</p> <p>●利用料：無料</p> <p>●サービス提供日・時間：お問合せください。</p> <p>●その他：詳細は、広報もりおか又は市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 生きがい推進係 〒020-8530 盛岡市内丸 12 番 2 号 電話：019-603-8003 / FAX：019-653-2839</p>		

48	あのなはん～私の思いを言葉に込めて～ (意見発表大会)	盛岡市内全域
<p>●対象者：60歳以上の方</p> <p>●内 容： これまでの豊富な人生経験を振り返り、そこから生まれた伝えたい思いや考えをまとめ、発表する「あのなはん～私の思いを言葉に込めて～」を行います。</p> <p>●利用料：無料</p> <p>●その他：詳細は、広報もりおか又は市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 生きがい推進係 〒020-8530 盛岡市内丸 12 番 2 号 電話：019-603-8003 / FAX：019-653-2839</p>		

49	敬老バス	盛岡市内全域
<p>●対象者：市内の老人クラブなど</p> <p>●内 容： 地域の老人クラブの研修、視察、親睦などの活動に利用していただくため、敬老バスを無料で運行しています。</p> <p>●利用料：無料</p> <p>●サービス提供日・時間：お問い合わせください。</p> <p>●その他： ・利用回数は年2回までです。 ・詳細は、お問合せいただくか、市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市老人クラブ連合会 〒020-0886 盛岡市若園町2番2号 電話：019-654-2180</p>		

50	老人クラブ活動	盛岡市内全域
<p>●対象者：60歳以上の方</p> <p>●内 容： 高齢期を健康で、かつ、生きがいを持って生活するために、趣味・スポーツ活動、健康づくり活動、社会奉仕活動等を行っています。</p> <p>●利用料：加入する老人クラブにより参加費が掛かる場合があります。</p> <p>●その他：加入を希望する場合は、お住まいの地域の老人クラブへお申込みください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市老人クラブ連合会 〒020-0886 盛岡市若園町2番2号 電話：019-654-2180</p>		

51	老人スポーツ大会	盛岡市内全域
<p>●対象者：60歳以上の方</p> <p>●内 容： 健康保持増進と生きがいを高め、相互の親睦と交流を図るため、毎年様々なスポーツ大会を実施しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地区老人スポーツ大会： 地区老人クラブ協議会主催により各地区で行われます。 ・ニュースポーツ講習・交流会： ボッチャなどのニュースポーツの普及のため、市内8会場で年に1回、老人クラブを対象に行われます。 <p>●利用料：無料（会場により参加費がかかる場合があります。）</p> <p>●サービス提供日・時間：お問合せください。</p> <p>●その他：詳細は、お問合せいただくか、市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 生きがい推進係 〒020-8530 盛岡市内丸 12 番 2 号 電話：019-603-8003 / FAX：019-653-2839</p>		

52	認知症サポーター養成講座	盛岡市内全域
<p>●対象者：どなたでも（概ね10人以上が集まる場合は、講師が出向きます。）</p> <p>●内 容： 認知症の人やその家族を温かく見守り、応援する認知症サポーターを養成する講座です。認知症の正しい知識や、認知症の方への接し方を学びます。</p> <p>●利用料：無料</p> <p>●サービス提供日・時間：お問合せください。</p> <p>●その他：詳細は、お問合せいただくか、市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 地域ケア係 〒020-8530 盛岡市内丸 12 番 2 号 電話：019-613-8144 / FAX：019-653-2839</p>		

53	認知症カフェ	盛岡市内全域
<p>●対象者：どなたでも</p> <p>●内 容： 認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有しお互いを理解し合う事を目的に各地で開催されています</p> <p>●利用料：参加するカフェにより参加費が掛かる場合があります。</p> <p>●サービス提供日・時間：お問合せください。</p> <p>●その他：詳細は、お問合せいただくか、市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 地域ケア係</p> <p>〒020-8530 盛岡市内丸 12 番 2 号</p> <p>電話：019-613-8144 / FAX：019-653-2839</p>		

54	シルバーリハビリ体操出前講座	盛岡市内全域
<p>●対象者：概ね 65 歳以上の方が 5 人以上参加している市内の団体・グループ</p> <p>●内 容： シルバーリハビリ体操指導者会（もりおかシルリハの会 石わり桜）の体操指導者が出前講座を行います。週 1 回 3 か月以上継続すること等が条件です。</p> <p>●利用料：無料</p> <p>●サービス提供日・時間： 月～金曜日（祝日、お盆、年末年始を除く） ①午前 10 時 30 分から 11 時 30 分 又は ②午後 1 時 30 分から 2 時 30 分</p> <p>●その他： ・申込み 2 か月前までに盛岡市長寿社会課へ申請書を提出してください。 ・申込要件等の詳細は、お問合せいただくか、市ホームページをご覧ください。</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 地域ケア係</p> <p>〒020-8530 盛岡市内丸 12 番 2 号</p> <p>電話：019-613-8144 / FAX：019-653-2839</p>		

55	シルバーリハビリ体操指導者養成講習会	盛岡市内全域
<p>●対象者： 概ね60歳以上の方で、講習会終了後に体操指導のボランティア活動に協力できる方。</p> <p>●内 容： 介護予防に効果的な「シルバーリハビリ体操」の指導を通じて、高齢者の通いの場づくりに取り組むボランティアを養成しています。自身の健康づくりにも効果的です。講座は全6日間で、介護予防の基礎知識、解剖運動学、体操の実技を学びます。</p> <p>●利用料：無料</p> <p>●サービス提供日・時間：お問合せください。</p> <p>●その他：</p>		
お問い合わせ先		
<p>盛岡市長寿社会課 地域ケア係 〒020-8530 盛岡市内丸12番2号 電話：019-613-8144 / FAX：019-653-2839</p>		

56	シルバー人材センターの仕事に従事する会員募集	盛岡市内全域
<p>●対象者：60歳以上の健康で働く意欲のある方（盛岡市在住の方）</p> <p>●内 容：シルバー人材センターの仕事に従事する会員を募集しています。 仕事の例：一般家庭での掃除、草取りなど</p> <p>●利用料：なし</p> <p>●サービス提供日・時間：月～金曜日 午前8時30分から午後5時15分 ※祝日及び12月29日～1月3日を除く</p> <p>●その他：</p>		
お問い合わせ先		
<p>公益財団法人盛岡市シルバー人材センター 〒020-0885 盛岡市紺屋町2番9号 盛岡市勤労福祉会館1階 電話：019-622-3363、FAX：019-622-3224 ホームページ：https://webc.sjc.ne.jp/mori-sil/index</p>		

57	ウエルカフェを通じた地域コミュニケーションの形成	前九年・本宮 地域周辺
<p>●対象者：どなたでも</p> <p>●内 容： ウエルシア薬局前九年店と本宮店の休憩スペースとしてウエルカフェを設置し、地域住民の方々へコミュニケーションの場として提供しています。利用方法は特に限定せず、地域貢献の場として活用していただくことを目標としています。 利用方法の例：休憩場所、雑談の場所、町内会等の会議の場所、趣味などの集いの場所、 ※ウエルシアからの情報提供の場所</p> <p>●利用料：なし</p> <p>●サービス提供日・時間：年中無休 午前 10 時から午後6時</p> <p>●その他： ※ウエルシアからの情報提供 メルカリ教室、スマホ教室、美容で健康サロン、栄養サロン、健康測定会などを開催しています。盛岡ではまだ実施していないイベントもありますが、新型コロナウイルス感染症の状況を見ながら、順次推進していく予定です。</p>		
お問い合わせ先		
<p>ウエルシア薬局株式会社 〒101-0021 東京都千代田区外神田二丁目 2-15 電話：080-1605-6589、FAX:03-5209-1415 ホームページ：https://www.welcia-yakkyoku.co.jp</p>		

