

いきいきカフェ

フレイル(体や頭の衰え)を予防する方法について学び、軽食を食べながら参加者同士で交流します。

時 11月9日(月)午前10時～正午

所 すこやかセンター 2階 栄養指導室

内 フレイルを防ぐ脳トレや体操、軽食を交えた交流
講 健康推進員

対 市内在住の65歳以上

定 25人

料 ¥100円(軽食代)

持 筆記用具

申 10月10日(土)までに、下記申込フォームまたはファクスで下記へ。ファクスの場合は、氏名、電話番号、年齢を記入。



申込フォーム

岡市健康推進員連絡協議会 事務局

(すこやか生活課内)

☎・📠(581)0201 📠(582)1138

いきいき男性プロジェクト プロのカメラマンによる 素敵な写真教室

カメラの基本的な使い方からちょっとした撮影のコツまで学んで、アクティブシニアを目指しませんか。

時・連	内容
11月 5日(木)	基本の撮り方を学びます
11月26日(木)	撮影した写真を持ち寄り、アドバイスを受けながら鑑賞

時 午前10時～11時30分

所 市立図書館 1階 多目的室

対 市内在住の65歳以上の男性(夫婦での参加も可)

定 25人

持 スマートフォンまたはカメラ

申 下記申込フォーム、電話、ファクスまたは直接、下記へ。ファクスの場合は、氏名、住所、連絡先を記入。

他 駐車場が少ないため、公共交通機関を利用してください。



申込フォーム

岡中部地区地域包括支援センター

☎・📠(584)5519 📠(584)5363

高齢者の活動立ち上げを補助 高齢者いきいき活動推進補助金

高齢者が主体となって新しく始める、健康づくりや居場所づくりなどの活動費を支援します。

対 次のいずれかに該当する3人以上の新設団体

- ・市内在住の65歳以上が構成員の3分の2以上を占める
- ・高齢者のボランティア活動を支援する

対象事業

高齢者が主体となり、おおむね月1回以上活動する次の事業(営利目的や他の補助を受ける事業などは除く)

- ・健康づくり事業
- ・生活支援事業
- ・居場所づくり事業
- ・生きがいづくり事業
- ・活躍の場づくり事業

補助額 活動経費として年上限5万円(最長2年)

申 令和9年1月29日(金)までに申請書などを下記へ。申請書などは、市📠から📠。



ホームページ

岡長寿政策課

☎(584)5474 📠(581)0203

くらし講座 人権学習会

同和問題について映像や講話を通して理解を深め、差別とどう向き合うかを考えます。

時 10月20日(火)午後1時30分～2時30分

所 市民交流センター 1階 サロンルーム

内 DVD「今そこにいる人と、しっかり出会うー同和問題ー」の視聴と講話

講 人権政策課 職員

定 20人(定員を超えた場合は抽選)

申 10月16日(金)午後4時45分までに、下記申込フォームまたは電話で下記へ。

他 市役所の駐車場を利用してください。



申込フォーム

岡消費生活センター(生活支援相談課内)

☎(582)1146 📠(582)1138