

高齢者向け健康体操等の実施状況

(2021年愛知自治体キャラバンまとめ)

市町村名		事業名称	事業主体	事業内容	補助金の金額
1	名古屋市	①いきいき教室 ②福祉会館認知症予防事業	①保健センター ②委託事業者	①認知症予防、運動機能、栄養、口腔等に関する介護予防教室や講演会等の開催 ②認知症予防に効果的な取り組みや「なごや介護予防・認知症予防プログラム」の一部を実施するなど、認知症予防に役立つ知識や活動について学ぶ教室を開催	①②とも、なし
2	豊橋市	①運動スタート応援講座 ② シニアのための食とお口の健康講座	市	①運動自主グループ化の支援 ②歯科衛生士、管理栄養士による健康講座	①②とも、なし
3	岡崎市	岡崎ごまんどく体操	地域住民	体操	なし
4	一宮市	①貯筋教室(転倒予防教室) ②頭と体の体操教室	市	①身体機能に衰えがあり、運動の機会が少ない高齢者を対象に転倒予防の体操をする。 ② 要介護・要支援認定を受けていない高齢者を対象に体を動かしながら脳を鍛える。	①②とも、なし
5	瀬戸市	本気ダンス	市	フレイル予防の口腔ダンス	なし
6	半田市	①半田市通所型サービスB地域支え合い型事業 ②半田市地域介護予防活動支援事業(げんきスポット)	①②とも、地域のサロン等の地域介護予防を行うボランティアグループ等	①②とも、地域住民主体の趣味活動、交流、会食、体操、運動等の高齢者のための自主的な通いの場を充実させ、介護予防を図る	・運営費補助 ①利用人数により、月2回4,000～8,000円 月4回8,000～16,000円 ②利用人数により、月2,000～4,000円 ・立ち上げ支援補助 ①②ともに、1団体上限30,000円 ・講師謝金補助 ①②ともに、1団体上限10,000円 ・施設利用補助 ①②ともに、1団体上限36,000円
7	春日井市	住民主体サービス	住民主体の団体	地域住民が主体となり実施する高齢者の通いの場の立ち上げ及び運営を補助する。	高齢者等サロン ・立ち上げ支援10万円 ・運営支援 月1回開催年額5万円 月2回以上開催または年間延べ利用人数500人以上年額10万円 週1回以上開催年額20万円 ミニデイサービス立ち上げ支援100万円 運営支援 月額5万円
8	豊川市	①脳ちから塾 ②いきいき元気運動教室 ③地域型通所サービス事業	①②は市 ③は住民	①くもん式学習療法を用いた認知症予防とグループ活動を通じて、交流による脳の活性化を図る ②リズム体操やストレッチ等を用いて運動器の機能が向上するように集団指導を主体に実施し、終了後は住民主体の通いの場の創出につながるよう支援する ③住民を主体としたボランティア団体等が要支援者等を対象に定期的に体操や運動、趣味活動を通じて行う介護予防に資する活動に対して補助金を支給する	要綱に定める補助対象経費を補助 補助金額の上限は、住民主体の団体の場合は年10万円 事業所と住民の協働による団体の場合 年5万円
9	津島市	長寿教室	市	健康的な日常生活の維持と向上を目的とし実施する教室	なし(一部委託事業にて実施)

市町村名		事業名称	事業主体	事業内容	補助金の金額
10	碧南市	健康づくり事業	老人クラブ	らくらく体操、ゲートボール大会、歩け歩け大会、グランドゴルフ大会、レクリエーションピンポン大会、ベタボード大会の実施	2,228,600円/年
11	刈谷市	ぬくもりプラザ管理運営事業	市	健康体操講座及び元気アップ運動講座	なし
12	豊田市	元気アップ教室	市	地域の集会所等で介護予防を目的に体操、脳カトレを実施	なし
13	安城市	町内健康体操教室	町内会53団体	体操教室の運営	なし
14	西尾市	①高齢者通いの場運営支援事業 ②シルバー元気教室	①地域住民 ②各包括支援センター	①宅老所、サロン等の高齢者通いの場運営 ②健康体操、レクリエーション等	①5万円、10万円、20万円
15	蒲郡市	①うたって動いて健やか教室 ②オリジナル体操動画作成	市	①カラオケ機器を活用した音楽健康指導士による教室 ②自宅やグループでできる体操の動画を作成し、DVDにして貸し出し、配布	①委託 353,100円 ②作成費 352,000円
16	犬山市	①スポーツボイス教室 ②介護予防教室	①市 ②地域包括支援センター	①ケーブルテレビでプログラムを放映し、介護予防教室を開催 ②介護予防のための筋カトレ教室、口腔・栄養教室を各地域の会場で実施	①②とも、なし
17	常滑市	①地域自主運動教室 ②脳・身体元気アップ教室	①健康づくりリーダー、柔道整復師 ②地域ボランティア	①体操、筋カトレニングなど ②健康体操、脳カトレ	①②とも、なし
18	江南市	①足腰弱らん教室 ②派遣型運動教室 ③ちいきのきょうしつ ④楽しく健康づくり教室	市	①運動が苦手な方でも参加できる腰痛・肩こり・膝痛予防の体操教室 ②地域の運動教室に6カ月間講師を派遣し、運動習慣や地区で集まるきっかけづくりをサポート ③「ちいきのせんせい」による運動や造形の教室等、様々な分野の介護予防教室 ④理学療法士等の専門職による高齢者の転倒予防や認知症予防のための教室	①～④とも、なし
19	小牧市	介護予防普及啓発事業	市(小牧市リハビリテーション連絡会へ委託)	小牧市版介護予防体操「こまき山体操」の普及啓発を図るとともに、誰でも利用でき、要介護状態とならないように取り組む介護予防の場 原則月2回実施	
20	稲沢市	①脳と身体の健康体操 ②脳の健康講座 ③認知症予防出張講座 ④シニア男性限定の筋カトレニング教室	市	①認知症予防の脳カトレを交えた初心者向けの健康体操 ②認知症についての話、認知症に効果のある運動・脳カトレなど ③認知症についての話、認知症予防に効果のある運動・脳カトレなど ④身体づくり、筋力の維持・持向上に効果的なトレーニングを学ぶ	①～③契約による事業委託 ④講師謝礼、会場使用料の支払い
21	新城市				
22	東海市	いきいき100歳体操・脳カトレ自主グループ	住民団体	脳カトレいきいき100歳体操	なし
23	大府市	健康長寿塾	市	ストレッチや筋カトレニング、脳カトレニングをして認知症を予防する。認知症予防により効果が期待される体の運動と脳の運動を同時に行うコグニサイズも実践する	
24	知多市	①わくわく健康アップ講座 ②脳カトレ教室 ③まちかど体操クラブ	市	①高齢者の健康づくり教室(6回×3コース) ②読み書き計算などの脳カトレを5カ月月間実施。その後は自主グループとして活動を継続 ③高齢者向けの体操教室(市内接骨院等事業所で週1回以上実施)	①～③とも、なし

市町村名		事業名称	事業主体	事業内容	補助金の金額
25	知立市	①まちかど運動教室 ②シニア元気塾 ③健康づくり事業	市	①地域にある公民館等で、リハビリ専門職等が講師となり、週1回行う運動教室 ②口腔ケア、栄養、運動をセットにした介護予防教室 ③介護予防拠点の老人福祉センターで行う各種教室。ロコモ予防教室や転倒予防教室など	なし
26	尾張旭市	一般介護予防事業	市	65歳以上を対象とし、フレイル予防や認知症予防の教室を実施	なし
27	高浜市	ゴクニタウン事業	市	認知症予防の取り組みとして参加者と認知症スタッフが健康自生地をめぐる	なし
28	岩倉市	①介護予防教室 ②シルバーリハビリ体操	①地域包括支援センター ②市	①体操・脳トレ等 ②体操	①②とも、なし
29	豊明市	①まちかど運動教室 ②口腔体操	①地域住民、市 ②市	①地域でのストレッチ、筋力アップ体操の実施 ②口腔機能向上に特化した体操を実施	①事業者に講師派遣等委託 ②講師派遣料の負担
30	日進市	足腰おたっしや教室	市	介護予防体操教室	なし
31	田原市	一般介護予防事業	市(地域支援事業)	すこやか元気体操、閉じこもり予防教室、音楽療法、はつらつシニア体操等で、体操や脳トレ、音楽活動を通じた認知症予防を行い、介護予防に取り組んでいる	なし
32	愛西市	①愛西おでかけサロン ②脳若トレーニング教室 ③小地域福祉活動支援事業	①②とも、市(JAあいち海部に委託) ③住民ボランティア	①体操、ゲーム、手工芸 ②貸し出し用タブレット(iPad)を使い、講師の指導のもと、脳を鍛える ③体操、茶話会、趣味活動など	①委託料6,478,234円 ②委託料3,131,766円 ③社会福祉協議会による補助金 2019年度までに設立グループは年間70,000円上限 2020年までに設立グループは年間50,000円上限
33	清須市	①いこまいか教室 ②やろまいか教室 ③チャレンジ教室	市	①②健康体操 ③脳トレ	①②委託料1回9,000円 ③委託料1回30,000円
34	北名古屋 市	①体操クラブ ②コグニサイズクラブ	市民ボランティア団体	①健康体操を実施 ②コグニサイズを実施	①②とも、なし
35	弥富市	①脳若トレーニング教室 ②元気塾	市	①ITと運動を取り入れた脳トレ ②健康体操	①委託料1回28,500円 ②講師料1回8,000円
36	みよし市	介護予防教室	いきいきクラブ他	ストレッチ、バランス、筋トレなど	講師料7,000円
37	あま市	①筋力アップ教室 ②はつらつクラブ ③ワクワクからだ教室	市	①健康体操 ②ストレッチ、脳トレ、軽い体操に加え、口腔や栄養の講話を通じて高齢者の心身の健康づくりを目的として開催。65歳以上を対象に市内7カ所、計60回開催 ③ストレッチや体操で認知症を予防しながら転倒や骨折を予防する教室として開催。65歳以上を対象に市内6カ所、計36回開催	①有り 9,595円 ②有り 466,163円
38	長久手市	地域いきいきライフ推進事業	市	・高齢者を主として誰もが参加できる様々な集いの場の創出や園支援を行うことで健康づくり活動や支えあい活動等の活性化を図る ・活動を通して集う者同士の交流や連携を深め、一人ひとりの健康の維持・増進を推進するとともに、多様な主体の協働により効果の高い仕組みづくりを進める	

市町村名		事業名称	事業主体	事業内容	補助金の金額
39	東郷町	東郷町高齢者思い出の語り場作り支援事業	地域団体、ボランティア団体、特定非営利活動法人等	高齢者の孤独感の解消及び引きこもりの防止を図ることによって高齢者の生活を健康でいきいきとしたもの向上させることを目的に、月に1回以上実施する活動に対し助成金を交付する。 活動において、参加者名簿の提出、毎回の活動に10分以上の運動を取り入れる、年1回活動の効果測定(体力測定等)を実施する団体が対象	会場使用料実費相当上限一回5000円、傷害保険料上限年3万円 運営費実費相当上限年1万円 立ち上げ支援費実費相当上限年3万円
40	豊山町	①元気はつらつサロン ②まちかど健康長寿教室 ③元気教室 ④ロコモ予防教室 ⑤健康ほっとサロン	①社会福祉協議会 ②～⑤地域包括支援センター	①介護予防体操やレクリエーション ②椅子に座ってできる体幹トレーニング、コグニサイズ ③椅子に座ってできる筋力トレーニング ④筋力トレーニング ⑤椅子に座ってできるボールを使った体操、音楽療法	①委託事業として事業費を支払う。予算額548,000円 ②～⑤はともに、なし
41	大口町	①いきいき100歳体操(4カ所) ②しなやかお達者の会(2カ所) ③ひだまりの会	①③地域住民 ②地域包括支援センター	①筋力とバランス能力を高める教室 ②③貯筋運動やレクリエーション	①地域包括支援センター及び町内総合病院の理学療法士等による支援あり ②③地域包括支援センター及び運動指導士による支援あり
42	扶桑町	①運動栄養口腔総合教室 ②認知機能低下予防教室(有酸素系)	町	①認知症予防の目的で口腔・栄養講座を取り入れた教室 ②認知症予防の目的で脳を使いながら有酸素運動を行う教室	①②とも、なし
43	大治町	元気アップ教室	町	介護予防教室	なし
44	蟹江町	介護予防事業	町	65歳以上を対象に、参加者の人数や身体状態に応じた運動機能向上のための体操教室や認知症予防を目的とした教室を実施している	運営委託費 1,859,100円/年
45	飛島村	①運動実践室筋トレ ②各種運動教室 ③シルバーフィットネス	村	①理学療法士、作業療法士等の指導によるマシンを使った個別運動教室 ②集団運動教室:認知症予防、ポールウォーキング、筋力アップ教室、生活習慣病予防教室、導ヨガ教室 ③温水プールを利用した運動	①～③とも、なし
46	阿久比町	①元気アップ教室 ②フレイル予防教室 ③ロコモティブシンドローム予防教室 ④宅老所お達者教室 ⑤サロンにて体操指導	①～④町 ⑤地域のボランティア	①地区の公民館等で理学療法士による体操指導 ②オアシスセンターにて栄養士、歯科衛生士、運動指導士による介護予防の講話、体操指導 ③オアシスセンターにて医師、理学療法士による講話、体操指導 ④宅老所にて理学療法士による講話、体操指導 ⑤理学療法士による体操指導	①～④なし ⑤なし(社会福祉協議会より活動助成金)

市町村名		事業名称	事業主体	事業内容	補助金の金額
47	東浦町	①いきいき100歳体操教室 ②ゆっくりウォーキング教室 ③脳トレ教室 ④男性のためのらくらく筋力アップ教室 ⑤ゆったり体操教室 ⑥元気アップ教室 ⑦筋力トレーニング教室	町	①おもりをつけての筋力トレーニング、ストレッチ等椅子に座った状態で行える室内運動、健康講話 ②有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ、健康講話等 ③くもん式教材を使った学習療法、レクリエーション・学習サポーター、口腔機能向上の講話・栄養講話 ④筋力トレーニング、ストレッチ、ウォーキング等の室内運動、健康講話 ⑤健康体操、ストレッチ・ゴムバンドを使った筋力トレーニング等の室内運動、健康講話 ⑥運動機能向上(ストレッチ・体操・筋力トレーニングなど)あいち健康プラザ買取教室 ⑦運動器機能向上(ストレッチ・体操・マシンを使用した筋力トレーニングなど)	①～⑦とも、なし
48	南知多町	①はつらつ教室 ②元気アップ教室 ③すこやかーな百0歳体操 ④ふれあいクラブ	①地域包括支援センター ②社会福祉協議会 ③自主グループ ④保健センター	①頭と体を使い脳の活性化を行う教室 ②筋力アップ、転倒予防、腰痛予防のための運動教室 ③椅子に座ってゆっくり手足を動かし筋肉をつける体操 ④理学療法士、体育指導員による体操や保健師による講話	①②町の委託事業 ③なし(立ち上げ支援・自主グループ支援) ④なし
49	美浜町	介護予防教室	町	要介護状態の予防をするために筋力増強とバランス向上を目的として体操教室を実施	なし
50	武豊町	①青空体操サロン ②介護予防教室(いきいき元気教室運動編)	①ゆめフルたけとよスポーツクラブ ②地域包括支援センター	①3会場で健康体操 ②フレイル予防やサルコペニア予防の啓発を目的とし、自宅でできる運動療法の講話と実習	委託料 ①802,697円 ②38,159円
51	幸田町	お達者体操	自主グループ	定期的に健康づくりを行える拠点として、町内自主グループを募り、体操を実施している	なし (体力測定・運動指導に係る費用を負担)
52	設楽町				
53	東栄町	①水中・健康運動教室 ②地域拠点施設おいでん家	①(株)とうえい温泉 ②町	①アクアビクス等 ②専門職等による健康講座や体操等	①1教室あたり4,077円(インストラクター代) ②なし
54	豊根村	健康体操	地域ボランティア	介護予防事業	50,000円/回