

光齢者プロジェクト対象一覧(きらポ対象イベント・ボランティア一覧)

全157事業

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらポ対象
1	協働フェスタ	自治基本条例の「協働の原則」に則り、市民活動・協働の促進及び市民活動団体の活動発表や団体同士の交流を図ることを目的に、協働のまちづくりを行う団体、行政、企業、市民等が参加し、協働につなぐため開催。	9月	9月	全市民	働く場	市民活動支援課	963-9153	イベント
2	協働フェスタ実行委員会	協働のまちづくりを行う団体、行政、企業、市民等が参加し、協働につなぐため開催する「協働フェスタ」の企画・運営を行うもの。	6月	10月	全市民	働く場	市民活動支援課	963-9153	ボランティア
3	桜井地区グラウンド・ゴルフ	誰もが楽しめる軽スポーツ『グラウンドゴルフ』を通して、地区住民相互の親睦を図り、健康で明るい家庭生活に寄与することを目的として開催する。	6月	6月	参加資格：桜井地区内在住で小学校4年生以上	スポーツ・文化活動	桜井地区センター・公民館	970-7600	
4	桜井大学校(前期・後期)	5月を前期、10月を後期とし、週に1回、学校へ通う感覚で学習機会を設ける。教養・趣味・健康・防災などの幅広い分野で参加・実践的な内容を取り入れ、楽しみながら学び、受講者相互の交流と親睦を目的とする。	5月	10月	市内在住で概ね60歳以上	スポーツ・文化活動	桜井地区センター・公民館	970-7600	イベント
5	桜井大学校館外学習	館外の施設等を見学し、楽しみながら幅広い教養を身につけるとともに、参加者相互の交流と親睦を目的とする。	11月	11月	市内在住で概ね60歳以上	スポーツ・文化活動	桜井地区センター・公民館	970-7600	
6	コグニサイズで認知症予防	コグニサイズで認知症予防と健康増進を図るとともに、継続的な外出機会につなげ、地域の方々とのコミュニティの場とする。	12月	12月	全市民	健康づくり	桜井地区センター・公民館	970-7600	
7	コミュニティ農園事業	農作業を通じた世代間交流によって、高齢者から子どもたちへ経験や知識を継承してもらうことで、高齢者の生きがいづくりにもつながっている。	5月	11月	コミ協の会員と、新方地区在住の参加者	居場所	新方地区センター・公民館	971-0800	
8	パドル体操教室	パドルを使った簡単な体操を行うことで健康増進を図るとともに、地域の方々とのコミュニティの場とする。	10月	10月	概ね55歳以上の市内在住の方	居場所	新方地区センター・公民館	971-0800	
9	いきいき学級	人権学習や講習会など、高齢者へ様々な分野について学習する機会を提供することで、生涯学習への意欲の向上と知識の習得を図っている。	11月	11月	概ね55歳以上の市内在住の方	居場所	新方地区センター・公民館	971-0800	イベント
10	各種地区スポレク事業	ソフトボール大会、卓球大会、ビーチボール大会、グラウンドゴルフ大会、にいがたウォーキングなど、高齢者も参加しやすいように工夫しながら実施し、健康づくりにもつなげている。	通年	通年	スポレクの委員、新方地区住民及び地区の団体に加入している方などの参加者	スポーツ・文化活動	新方地区センター・公民館	971-0800	
11	増林地区ゲートボール大会	地区住民の健康の増進と地域住民相互の親睦を深めることを目的として、ゲートボール大会を開催する(増林地区ゲートボール連盟及び増林地区スポレク推進委員会との共催)	7月	7月	地区在住の方	スポーツ・文化活動	増林地区センター・公民館	962-2855	
12	いきいき学級	明るくいきいきとした社会生活を過ごすため、学習及び体験を通し、幅広い知識の習得を図ることを目的として各種講座を開催する。	10月	11月	地区在住の概ね65歳以上の方	スポーツ・文化活動	増林地区センター・公民館	962-2855	イベント
13	さわやかウォーキング	水と緑の自然豊かなふるさとを歩き、ふるさとの良さを発見するとともに、健康づくりや地域の人たちとのふれあいを深めることを目的として、地区内を巡るウォーキングを開催する。(増林地区コミ協主催事業)	10月	10月	地区在住の方	スポーツ・文化活動	増林地区センター・公民館	962-2855	
14	コミ協サロン	地域の高齢者を囲んで各年齢層の人々が集い、交流を図り、生きがいのある生活を送っていただくことを目的として、各種講座を開催する。(増林地区コミ協主催事業)	7月	7月	地区在住の概ね65歳以上の方	スポーツ・文化活動	増林地区センター・公民館	962-2855	

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
15	介護予防講座	高齢者が介護が必要な状態にならないように、心身の機能を維持・改善するとともに、一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援することを目的として、各種講座を開催する。(増林地区コミ協主催事業)	10月	10月	地区在住の概ね65歳以上の方	スポーツ・文化活動	増林地区センター・公民館	962-2855	
16	健康に関する講演会	学習の機会の提供と高齢社会の中で自らが積極的に社会参加をしていただくことを目的として大袋地区コミュニティ推進協議会と大袋公民館の共催で、「健康に関する講演会」を開催する。	2月	2月	大袋地区内在住の60歳以上	健康づくり	大袋地区センター・公民館	975-3952	
17	幸齢者のつどい	高齢化が急速に進み、高齢者の生きがい対策の場が求められている今日、地域の高齢者が、楽しく語らい、さらに活気に満ちた生活を送っていただくことを目的として、「幸齢者のつどい」を開催する。	2月	2月	大袋地区内在住の60歳以上	居場所	大袋地区センター・公民館	975-3952	
18	大袋地区親睦グラウンド・ゴルフ大会	「ルールも簡単、どこでも出来る、老若男女だれでも気軽に楽しめるグラウンド・ゴルフを通じて、健全なる心身の維持・向上を図るとともに、地区住民相互の親睦と交流を図る。	4月	4月	大袋地区在住の方	スポーツ・文化活動	大袋地区センター・公民館	975-3952	
19	白梅学級(長寿学級)	高齢者にとって必要なテーマを学ぶとともに、参加された方々と楽しく交流する機会を提供する。(R3:3回講座、R4:2回講座)	9月	9月	市内在住65歳以上	健康づくり	大袋地区センター・公民館	975-3952	イベント
20	歴史探訪講座	大袋地区内にある名所・旧跡をたどって、郷土の歴史を掘り下げながら、わがまち大袋を新発見・再発見する。	10月	10月	高齢者対象事業(年齢未定)	スポーツ・文化活動	大袋地区センター・公民館	975-3952	
21	コミ協ウォーキング	地域の住民を対象に、誰でも楽しく参加できるウォーキングを通して、自然に楽しみながら健康増進を図り、参加者同士の交流の場を提供する。	11月	11月	大袋地区内在住の60歳以上	健康づくり	大袋地区センター・公民館	975-3952	
22	荻島地区グラウンド・ゴルフ大会	誰もが楽しめる軽スポーツ『グラウンド・ゴルフ』を通して、地区住民相互の親睦を図り、健康で明るい家庭生活に寄与することを目的とする。	5月	5月	地区内在住の60歳以上の男女	スポーツ・文化活動	荻島地区センター・公民館	974-9555	
23	荻島地区盛人の集い	二十歳のつどい(旧:成人式)にならない、満70歳を迎えた方々に式典等を催しお祝いして、あらためて「新盛人」同士及び世代間の交流を深めていただく。	3月	3月	地区内在住の70歳になる方	スポーツ・文化活動	荻島地区センター・公民館	974-9555	
24	生涯学習講座	老後に必要な知識や身体作りを習得するとともに、仲間をつくり生きがいを見つける機会を提供する目的で行う公民館主催事業。	1月	2月	市内在住の高齢者	スポーツ・文化活動	荻島地区センター・公民館	974-9555	イベント
25	シルバースクール	高齢化が急速に進む中、元気で創造力のある高齢者を養成することを目的とする。	8月	9月	市内在住の60歳以上の方	スポーツ・文化活動	出羽地区センター・公民館	940-7521	イベント
26	蒲生地区グラウンド・ゴルフ大会	誰でも楽しめるグラウンド・ゴルフを通して、交流を深め、「豊かな心」と「生きる喜び」にあふれる地域づくりを目的として開催する。	6月	6月	市内在住在勤の高齢者・市民	スポーツ・文化活動	蒲生地区センター・公民館	988-0600	
27	中国古典講座	中国古典の学習を通して、中国思想の歴史、文化を学び、現代に生きる我々の知恵として参考とする。	7月	7月	市内在住在勤の高齢者・市民	居場所	蒲生地区センター・公民館	988-0600	
28	浮世絵講座	浮世絵への興味のきっかけとなること、また、日本の素晴らしさを再発見するきっかけとなることを目的とする。	11月	12月	市内在住在勤の高齢者・市民	居場所	蒲生地区センター・公民館	988-0600	
29	整理収納講座(シニア世代)	整理整頓を行うことで、生活空間を有効に使い、日常生活を効率的かつ気持ちよく生活するきっかけを作るための講座を開催する。	11月	12月	市内在住在勤の高齢者・市民	居場所	蒲生地区センター・公民館	988-0600	
30	がもう楽生塾	団塊の世代の方、現役の方、シニア世代の方の地域デビューのきっかけとして、そこに居場所をみつけ、友人、仲間作りを応援。	4月・9月	7月・12月	市内在住在勤の男性	居場所	蒲生地区センター・公民館	988-0600	イベント
31	川柳地区グラウンド・ゴルフ大会	いつでも気軽に楽しめるスポーツ「グラウンド・ゴルフ」を通じて、地区住民相互の親睦を図り、明るい地域づくりに寄与することを目的に開催する。	9月	9月	地区在住在勤で小学校4年生以上	スポーツ・文化活動	川柳地区センター・公民館	987-8213	
32	高齢者学級	頭と体を使い学習することで、明るく元気に過ごすことを目的とした教室。また、館外学習では、自然の中を散策し、気分をリフレッシュすることを目的とする。	9月	10月	地区在住の概ね65歳以上の方	スポーツ・文化活動	川柳地区センター・公民館	987-8213	イベント
33	健康ウォーキング	ウォーキングを通して健康増進を図るとともに、住民相互の交流及び地区への理解を深めることを目的とする。	11月	11月	地区在住の小学生以上でウォーキングに興味のある方	健康づくり	川柳地区センター・公民館	987-8213	
34	いきいき長寿塾	より長寿を目指し、明るく元気に生きることを目的とする教室。長寿者の家族も参加できるような講座を実施する。	1月	1月	地区長寿会・市内在住の成人	居場所	川柳地区センター・公民館	987-8213	

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
35	目指そう！幸齢者	体を使ったトレーニング等を通じて、地域のみなさんが明るく元気な長寿社会に活躍できることを目的とする。	2月	2月	地区内在住の高齢者・市民	健康づくり	川柳地区センター・公民館	987-8213	
36	地区ポッチャ大会	パラスポーツであるポッチャを通して、地区スポーツ活動の推進とコミュニティづくりを推進する。	7月	7月	地区内在住者	スポーツ・文化活動	大相模地区センター・公民館	988-7370	
37	シルバースクール館外学習	地区内の高齢者に、学習及びふれあいの機会を提供する。	11月	11月	60歳以上	スポーツ・文化活動	大相模地区センター・公民館	988-7370	
38	シルバースクール	高齢者世代を対象に、歴史・生活安全・健康の分野で幅広い知識を学ぶ。	11月	11月	60歳以上	スポーツ・文化活動	大相模地区センター・公民館	988-7370	イベント
39	大沢地区グラウンド・ゴルフ大会	大沢地区スポ・レク推進委員会主催事業。スポーツを通じ、地区住民相互の親睦を深め、健康で活力のある地域づくりの推進を目的とする。	6月	6月	地区内在住の成人以上	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800	
40	はつらつ学級	大沢公民館主催事業。高齢者を対象に講演会などを実施し、参加者同士の交流を促進し、健康で自立的なライフスタイルの形成に寄与することを目的とする。	7月	7月	市内在住の60歳以上	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800	イベント
41	ふれあいの集い	大沢地区コミュニティ推進協議会主催事業。参加者同士の交流や親睦を深め、活気のある地域コミュニティを形成することを目的とする。	9月	1月	全市民	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800	
42	お笑い演芸会	大沢地区コミュニティ推進協議会主催事業。落語や演芸を通して参加者の健康増進や親睦を深めることを目的とする。	2月	2月	全市民	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800	
43	スマホ講座	社会全体のデジタル化が進められる中、高齢者をはじめとする誰もが、デジタル機器サービスを活用することで、多様な価値観やライフスタイルを持ちつつ、豊かな人生を享受できる共生社会を実現することを目的とする。	12月	12月	市内在住の60歳以上	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800	
44	北越谷地区グラウンド・ゴルフ大会	北越谷地区スポレク推進委員会の主催事業。地区内在住の小学4年生以上を対象に実施。令和3年度は中止。例年80人程度の参加者がおりその内60人程度が高齢者となる。	5月	5月	地区内在住の小学4年生以上	スポーツ・文化活動	北越谷地区センター・公民館	976-5758	
45	熟年者学級	北越谷公民館主催事業。熟年者がいつまでも健康で心豊かに潤いのある生活を送るため、仲間をつくり積極的に生きがいを見出す機会を提供することを目的に開催する。	6月	6月	地区内在住の65歳以上	スポーツ・文化活動	北越谷地区センター・公民館	976-5758	イベント
46	健康ウォーキング	北越谷地区コミュニティ推進協議会の主催事業。転びにくい、太りにくい、身体に負担をかけにくい正しい歩き方を楽しく学ぶ。	11月	11月	地区内在住の小学生以上でウォーキングに興味のある方	健康づくり	北越谷地区センター・公民館	976-5758	
47	福祉推進事業「ふれあい」	北越谷地区コミュニティ推進協議会の主催事業。地区内の高齢者(75歳以上の方が集り、童謡などをピアノに合わせて歌い、落語を聞きながら声を出して笑い、参加者の交流と親睦を図ることを目的としている。	11月	11月	地区内在住の75歳以上	スポーツ・文化活動	北越谷地区センター・公民館	976-5758	
48	越ヶ谷地区卓球大会	卓球大会	4月	4月	地区内に在住する小学4年生以上	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
49	越ヶ谷地区グラウンド・ゴルフ大会	グラウンドゴルフ大会	5月	5月	・地区内在住・在学・小学1年生以上	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
50	越ヶ谷地区ビーチボール大会	ビーチボール大会	5月	5月	地区内に在住する小学4年生以上	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
51	世代間交流事業「玉入れ大会」	子どもから高齢者までチーム対抗で玉入れを行う。	6月	6月	・地区内在住	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
52	越ヶ谷地区ソフトボール大会	ソフトボール大会	4月	4月	越ヶ谷地区内在住者で中学生以上の方	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
53	越ヶ谷地区文化祭	公民館で活動している団体の創作活動の発表会。	11月	11月	全市民	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
54	こしがやコミ協まつり	越ヶ谷地区コミュニティ推進協議会の各部会が企画したもの(ステージ発表や模擬店、レクリエーションなど)	11月	11月	全市民	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
55	そば打ち講習会	講師を迎えそば打ちを学ぶ。	1月	1月	・市内在住・在勤	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
56	こしがや高齢者学級	体操やレクリエーション、消費者学習や落語鑑賞会など。	1月	3月	・地区内在住・60歳以上	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	イベント

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
57	こしがやふれあいサロン	高齢者を対象に頭の体操やマスクケースづくりなどを行い、交流を深める	2月	2月	・地区内在住 ・60歳以上	居場所	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
58	なつかしの名画鑑賞会	名作映画の鑑賞を通じ、高齢者同士が外出する機会や交流を図れる場を提供し、居場所づくりの創出を目的に開催する。	4月・12月	4月・12月	越ヶ谷地区内在住の方	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
59	すこやか体操教室	講師を迎え、無理のない体操を行う。	5月・10月	6月・12月	全市民	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093	
60	生涯いきいきサロン	南越谷公民館主催事業。地域の高齢者を対象に、居場所作りと、住民相互の親睦を図るとともに、高齢者が豊かでいきいきと過ごせるよう、様々なテーマで実施している。	4月	3月	地区内在住・60歳以上	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200	
61	うたごえパレット	南越谷公民館主催事業。懐かしいうたや思い出のうたをピアノ伴奏に合わせて楽しく歌うとともに、音楽の素晴らしさを味わうことで、認知症予防と健康維持を図っている。	4月	3月	全市民	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200	
62	万年青大学	南越谷公民館主催事業。各種テーマの講座や館外学習などを行い、参加者の交流を通じて、健康で生きがいのある人生の形成を目指している。	4月	3月	市内在住・60歳以上の方	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200	イベント
63	南越谷地区グラウンド・ゴルフ大会	南越谷地区スポーツ・レクリエーション推進委員会主催事業。地区在住の小学4年生以上を対象に、グランドゴルフ大会を実施している。例年130人程度の参加者のうち120人程度が高齢者。	5月	5月	地区内在住・18歳以上の方	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200	
64	世代間交流事業	南越谷地区コミュニティ推進協議会主催事業。核家族が多い中、小学生・保護者・地区内高齢者との三世代間での英会話などの学習体験、大人数でのゲームなど、子ども達に様々な体験を体験してもらう。	7月	7月	地区内在住の小学生・保護者	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200	
65	医療セミナー	専門医による病気の話をはじめ、予防や早期発見など健康管理に役立つ話をいただき、地域の皆様の健康と病気についての意識や知識向上を図っている。	7月	7月	越谷市内在住、在勤者	健康づくり	南越谷地区センター・公民館	990-1200	
66	ふれあいのまち推進事業	南越谷地区コミュニティ推進協議会主催事業。地区内65歳以上の高齢者を対象に社会科見学を実施し、高齢者の見聞を広げるとともに、参加者相互の親睦を深めコミュニティ形成を図っている。	10月	10月	地区内在住・65歳以上の方	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200	
67	通話録音機器貸与事業	市内在住の一人暮らし等の高齢者に対し、通話録音機器を貸与している。振り込め詐欺等の特殊詐欺による被害の未然防止を目的とする。	未定	未定	65歳以上の①単身 ②夫婦③日中単身になる世帯の何れか	消費者被害防止	くらし安心課	963-9156	
68	高齢者見守り講座	悪質商法や特殊詐欺による被害防止を目的として、市内在住の高齢者などを対象に講話を行う。 ※年に2回開催される消費生活講座のうち、1回を高齢者や高齢者の見守りをしている方に対象を絞り、開催している。	8月(予定)	8月(予定)	無(ただし、講座は高齢者とその関係者を対象とした内容)	消費者被害防止	くらし安心課	963-9156	イベント
69	消費生活出張講座	市内の概ね10人以上の団体を対象に、特殊詐欺による被害、交通事故、犯罪被害の未然防止を目的として、無料で出張講座を実施している。	通年	通年	市内の10名以上の団体	消費者被害防止	くらし安心課	963-9156	
70	交通安全教室	交通事故防止を目的として、高齢者を対象に実施している。一部シミュレーターを使った交通安全教室を実施している。 ※令和5年度は桜井地区青少年健全育成講演会にて実施	未定	未定	市内の高齢者	消費者被害防止	くらし安心課	963-9185	イベント
71	シルバーカレッジ	学習機会を提供し、社会環境の変化に対応する能力と心身の健康を培い、併せて社会参加を促進し、いきがいを高める。	8月	10月	60歳以上	スポーツ・文化活動	地域共生推進課	963-9187	イベント
72	老人福祉センター	けやき荘・くすのき荘・ゆりのき荘・ひのき荘で高齢者に関する各種の相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションの場などの便宜を総合的に供与する。	通年	通年	原則60歳以上	スポーツ・文化活動	地域共生推進課	けやき荘965-5822 くすのき荘979-6600 ゆりのき荘992-6601 ひのき荘973-7903	イベント
73	老人クラブ	会員の教養の向上、健康の増進、レクリエーション及び社会奉仕活動等を行っている老人クラブに会員数に応じて補助金を交付。	通年	通年	60歳以上	スポーツ・文化活動	地域共生推進課	963-9187	
74	きらボ	スマートフォンアプリを活用した高齢者向けの健康事業で、「歩数集計」「脳トレ」「食事管理」による健康管理や、市の事業・ボランティアへの参加等でキャッシュレス決済で利用できるポイントをためることができる。	通年	通年	65歳以上	健康づくり	地域共生推進課	963-9187	

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
75	いきいき農園	市内在住60歳以上を対象に無料で農地を貸し出し、農作業を通して収穫の喜びを味わい、また利用者相互の交流と親睦を深めることにより老人福祉の増進を図る。	通年	通年	60歳以上	居場所	地域共生推進課	963-9187	
76	助け合いの仕組みづくり(「ふらっと」がもう・おおぶくろ)	主に高齢者に気軽に立ち寄れる居場所を提供することにより、社会的孤立の解消、自立生活の助長を図るとともに、各種福祉に関する事業等を展開し、高齢者福祉の向上を目的とする。	通年	通年	原則60歳以上	居場所	地域共生推進課	がもう986-5115 おおぶくろ975-4000	イベント
77	介護支援ボランティア	高齢者が介護保険施設等において行ったボランティア活動に対してポイントを付与し、本人の申出により、貯めたポイントを転換交付金として本人に交付する。	通年	通年	越谷市介護保険第1号被保険者	働く場	地域共生推進課	963-9187	
78	スマートフォンマイスター	越谷市社会福祉協議会で養成する「スマートフォンの使い方を地域の方に教えるボランティア」のことで、市や社協が指定する活動に参加した際にきらボを付与する。	通年	通年	スマートフォンマイスター	働く場	地域共生推進課	社協ボランティアセンター966-3211	ボランティア
79	地域支え合い会議(生活支援体制整備事業)	住民主体のもと、各地区がかかえる困りごとについて考え、地域でできることから始める(支え合い)会議。生活支援のための社会資源の活用・開発を目指す。各地区3か月に1回の頻度で開催。	通年	通年	全市民	働く場	地域共生推進課	963-9187	ボランティア
80	一般介護予防(介護予防リーダー養成講座)	地域における介護予防に資する住民主体の通いの場等の活動をより効果的・効率的に支援するために、介護予防活動の中心となるリーダー(ボランティア)を養成する。	7月	12月	20歳以上 介護予防に関心があり、高齢者の通いの場を運営する意欲のある方	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	イベント
81	一般介護予防(お口と栄養と運動の元気塾)	高齢者に対して運動器の機能向上、口腔機能向上、低栄養改善を目指した総合的な支援を行い、自立した生活の確立と自己実現の支援を行う。(全4回の教室を6会場で実施)	7月	2月	65歳以上	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	イベント
82	一般介護予防(介護予防講演会)	①認知症予防体験セミナー 認知症予防のための正しい知識の普及や啓発を図る。 ②65歳からの心の健康講座 前向きに生きがいのある生活を送るために、心の健康に対する正しい知識の普及や啓発を行う。	6月・3月	6月・3月	65歳以上	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	イベント
83	一般介護予防(専門職の介護予防出張講座)	地域における住民主体の介護予防の取組を機能強化するために、通いの場へ専門職を派遣し、介護予防の知識・技術を提供する。(運動・口腔・栄養・薬・耳の聞こえの5つのメニューから選択)	通年	通年	定期的に通いの場を運営している5人以上(65歳以上が過半数)で営利を目的としない団体	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	
84	オレンジカフェ	認知症の人とその家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集う場である。認知症になっても住み慣れた地域で安心して自分らしい生活が送れる環境を整備し、認知症の人やその家族を支える地域づくりを目指す。	通年	通年	認知症の人やその家族、地域住民、専門職等	居場所	地域包括ケア課	963-9163	
85	認知症普及啓発キャンペーン	9月認知症月間を機に、認知症に関する普及啓発のため、本庁舎ロビー等において認知症に関する展示及び啓発物品等配布のキャンペーン活動を実施。啓発活動のボランティア(認知症サポーターを想定)を募集予定。	9月	9月	全市民	居場所	地域包括ケア課	963-9163	ボランティア
86	一般介護予防(介護予防リーダー養成講座説明会)	介護予防リーダー養成講座に関心のある方を対象に事業概要の説明及び体験の体験を行うことで、講座への理解を深め、受講の意欲を高めることを目的とする。	6月	6月	20歳以上 介護予防に関心があり、高齢者の通いの場を運営する意欲のある方	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	イベント
87	一般介護予防(介護予防リーダーブラッシュアップ講座)	「介護予防リーダー養成講座」にて養成したリーダーが主体的に地域で介護予防活動ができるように継続支援を行い、リーダーに必要な知識・技術を高めるとともに、リーダーの介護予防活動への意欲を高める。	7月	7月	「介護予防リーダー養成講座」を受講し立ち上げた通いの場にて活動する介護予防リーダー	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	イベント

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
88	一般介護予防 (介護予防普及啓発イベント)	高齢者が気軽に取り組める介護予防体操及び住民主体の通いの場で行っている介護予防の取組みについて紹介するとともに、介護予防体操を体験してもらう。	6月・10月・1月	6月・10月・1月	65歳以上	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163	イベント
89	リハビリなんでも相談	市民に対してリハビリに関する相談を行うことにより、身体機能の維持・向上を図り、高齢者の介護予防・自立支援を行う。	4月	3月	市内在住の相談を希望する本人・家族	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	
90	食生活なんでも相談	生活習慣病を予防する食事や、日々の食事内容について、個々の悩みに合わせた相談を行う。	4月	3月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	
91	がん検診	早期発見・早期予防を目的にがん検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん、肺がん・結核、前立腺がん、口腔がん)を実施し、がんの予防を図る。	5月	2月	胃がん・大腸がん・肺がん・口腔がん:40歳以上、子宮頸がん:20歳以上女性、乳がん:35歳以上女性、前立腺がん:50~75歳男性(5歳刻み)	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	
92	ハッポちゃん体操公開練習	足腰の筋力を強化し、バランス能力を向上させることを目的に制作された「いきいき越谷健康体操 愛称:ハッポちゃん体操」の普及、啓発を図る。	5月	3月	ハッポちゃん体操に関心のある市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
93	越谷市食生活改善健康づくり推進事業	越谷市食生活改善推進員協議会へ委託し、市民向けの料理教室を通して、市民一人ひとりの健康の保持増進を図る。	5月	2月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
94	男の料理教室	男性の健康に対する自己管理能力の支援のため、初心者向けの料理教室を実施し、調理方法の習得のほか、健康意識の向上を図る。	5月	2月	市内在住の男性	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
95	ヘルシークッキング	生活習慣病予防等のテーマを定め、講話及び調理実習を行い健康管理の支援をする。	6月	3月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
96	市民健康教室	生活習慣病予防や歯科保健、食事、運動など様々な講座に参加し、健康づくりについて学び、体験し、仲間づくりを行う。また、教室修了者は越谷市食生活改善推進員協議会員になることができる。	6月	9月	健康づくりに関心のある市民(越谷市食生活改善推進員を希望する者を含む)	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
97	骨粗しょう症予防教室	骨粗しょう症予防について、日常生活等に関する注意点や、生活習慣の改善について知識の普及、啓発を図り、骨折による要介護者の発生の予防や介護予防対策の一助とすることを目的とする。	6月	8月	市内に居住地を有する20歳以上(年度内に20歳以上)の女性	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
98	ロコモ予防教室	「ロコモティブシンドローム」についての基礎知識を身につけ、予防のためのトレーニング方法やその必要性について理解し、運動器の機能低下を予防することにより、市民の健康増進に寄与することを目的とする。	7月	1月	40歳以上の市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
99	がん予防講演会	越谷市がん対策推進条例に基づき、喫煙、食生活、運動その他の生活習慣及び生活環境が健康に及ぼす影響に関する啓発及び知識の普及を行い、がん予防の推進を図ることを目的とする。	7月	7月	越谷保健ガイド、HP、広報こしがや、SNS、チラシで随時	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
100	糖尿病予防のバランス食教室	糖尿病を予防するための望ましい食生活についての知識を身につけ、生活習慣を改善することにより、自らの健康の保持増進ができるよう支援するため、講話及び調理実習を行う。	8月	3月	市内在住で糖尿病予防に関心のある方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
101	歯とお口の健康づくり講演会	歯科口腔保健に対する知識の普及と意識啓発を行い、歯科口腔保健から住民の健康づくりにつながるよう支援する。	8月	8月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
102	食育講演会	各世代の「食育」を推進し、市民一人ひとりの健康づくりを支援することを目的とする。	10月	10月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
103	痛み予防教室	筋力の低下や関節の変形・拘縮の要因となる身体の痛みについて、中高年の早い時期から予防法を理解し、運動器を鍛えることで各関節症の予防等へつなげる。	10月	1月	40歳以上の市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
104	生活習慣病予防セミナー	生活習慣病に対する知識の普及と意識啓発を行い、自身に適した生活習慣を継続できるよう支援する。(脂質異常症予防、糖尿病予防、腎臓病予防の3回実施)	10月	2月	市内在住で生活習慣病予防に関心のある方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
105	チームー3キロ	食事や運動に関する様々な講座に参加しながら、健康づくりのための減量を目指す。	11月	2月	20歳以上75歳未満でBMI値が25以上または腹囲が85cm以上の方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
106	個別でサポートー3キロ	健康に関する正しい知識の普及と生活習慣の改善を促すための支援を個別に行い、健康づくりのための減量を支援する。	11月	2月	20歳以上75歳未満でBMI値が25以上または腹囲が85cm以上の方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
107	にこにこペースで歩こう！はじめてのウォーキング教室	自分にあった強度を体感し、効果的にウォーキングを実践する場を提供し、生活習慣病に対する理解を深め運動習慣を身に付けることができるよう支援する。	11月	11月	生活習慣病予防に関心のある市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
108	運動セミナー	生活習慣病の予防のため、運動(身体活動)の効果と必要性について理解し、運動習慣を身につけるためのきっかけづくりの場とすることを目的とする。	11月	11月	生活習慣病予防のため運動を始めたい市民の方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
109	糖尿病との向き合い方セミナー	糖尿病に対する理解を深め、コントロール方法を知ることによって重症化を予防する。	11月	11月	糖尿病予防に関心のある市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
110	結果説明会	特定健康診査等の結果より、自らの生活習慣における課題に気づき、自ら改善の方向性を見出せるよう、必要な情報を提供し、自己管理を促す支援をする。	1月	1月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100	イベント
111	越谷市食生活改善健康づくり推進事業	市委託事業として、市民一人ひとりの健康の保持増進を図るため、市民向けの料理教室を実施する。また、教室の事前準備として、会員研修を行う。	通年	通年	全市民	働く場	健康づくり推進課	960-1100	ボランティア
112	ハッポちゃん体操普及員	「いきいき越谷健康体操 愛称：ハッポちゃん体操」の普及のためハッポちゃん体操公開練習やイベント時にボランティアとして参加いただくもの。	通年	通年	普及員養成講座を受講し、健康づくり推進課より認定を受けた方	働く場	健康づくり推進課	960-1100	ボランティア
113	スーパー健康長寿サポーター	健康づくりに関する知識を有し、地域の健康づくりリーダーとして積極的に指導・助言し、市の健康づくりに関する事業において、ボランティアとして参加いただくもの。	通年	通年	健康長寿サポーターになっている方で、埼玉県のスーパー健康長寿サポーター認定講習を受講された方	働く場	健康づくり推進課	960-1100	ボランティア
114	特定健康診査	健康診査は、内臓脂肪型肥満に着目した「生活習慣病」や「メタボリックシンドローム」、「フレイル」等の早期発見、早期対応を行うことにより、健康寿命の促進を図る。	6月	11月	国民健康保険の40歳～74歳の方	健康づくり	国保年金課	963-9154	
115	後期高齢者健康診査	健康診査は、内臓脂肪型肥満に着目した「生活習慣病」や「メタボリックシンドローム」、「フレイル」等の早期発見、早期対応を行うことにより、健康寿命の促進を図る。	6月	11月	越谷市に住所を有する埼玉県後期高齢者医療の方	健康づくり	国保年金課	963-9170	
116	こしがや産業フェスタ実行委員会	こしがや産業フェスタの開催及び運営に関する事項を協議するため、参加した者に対しポイントを交付する。	6月	2月	こしがや産業フェスタ実行委員	働く場	経済振興課	967-4680	ボランティア
117	高齢者就業支援事業	高齢者が補助的・短期的な就業を通じて、自己の生きがいの充実や福祉の増進を図るとともに地域社会の活性化を目的とするシルバー人材センターに補助金を交付して支援する。	通年	通年	越谷市シルバー人材センター	働く場	経済振興課	967-4680	
118	越谷市民まつり実行委員会	越谷市民まつりの開催及び運営に関する事項を協議するため、参加した者に対しポイントを交付する。	通年	通年	越谷市民まつり実行委員	働く場	経済振興課	967-4680	ボランティア
119	越谷市民文化祭実行委員会	芸術文化活動の推進を図るため、市民と連携し、文化活動の成果発表の場を提供する「市民文化祭」の企画・運営を行うもの。	5月	12月	越谷市民文化祭実行委員	働く場	生涯学習課	963-9307	ボランティア
120	県展記念作品展実行委員会	芸術文化活動の推進を図るため、埼玉県美術展覧会(県展)に入選した市民(在住)の優れた作品を身近な会場に展示し、鑑賞の機会を提供する「県展記念作品展」の企画・運営を行うもの。	5月	8月	越谷市県展記念作品展実行委員	働く場	生涯学習課	963-9307	ボランティア
121	文化総合誌「川のあるまち」発行事業	芸術文化活動の推進を図るため、市民の文芸作品等を広く公募し、入選した作品等を冊子により紹介し、文芸創作活動の発表の機会を提供する。	6月	8月	応募者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	
122	こしがや能楽の会実行委員会	特色ある地域文化の振興を図るため、伝統文化活動の成果を発表する場及び伝統文化の鑑賞機会を提供する「こしがや能楽の会」の企画・運営を行うもの。	6月	11月	越谷能楽の会実行委員	働く場	生涯学習課	963-9307	ボランティア

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
123	伝統文化体験講座 初夏のお茶会	江戸時代に旧大間野村の名主の居宅であった大間野町旧中村家住宅において、日本の伝統文化として古くから伝わる茶道の礼儀作法を学ぶ。	6月	6月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315	イベント
124	県展記念作品展	芸術文化活動の推進を図るため、埼玉県美術展覧会(県展)に入選した市民(在住)の優れた作品を身近な会場に展示し、鑑賞の機会を提供する。	7月	7月	出品者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	イベント
125	能楽体験事業	伝統文化への理解を深め、特色ある地域文化を育むために、能楽に接する体験機会を提供するとともに、能楽を愛好する人材育成の場を提供し、市民自らの手による能楽の継承並びに能楽によるまちづくりの推進を図る。	7月	1月	参加者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	イベント
126	生涯学習リーダー養成講座(実践編)	生涯学習に関する指導者や講師、ボランティアとして活動を実践している方に、自身の活動を振り返るきっかけづくりやこれまでに培ってきたスキルの向上を図る。	8月	8月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	イベント
127	越谷市美術展覧会実行委員会	芸術文化活動の推進を図るため、市民の作品を公募し、入選した作品等を展示することにより、発表及び鑑賞の機会を提供する「越谷市美術展覧会」の企画・運営を行うもの。	8月	3月	越谷市美術展覧会 実行委員	働く場	生涯学習課	963-9307	ボランティア
128	こしがや市民大学	学ぶことの楽しさを知り、心豊かに生活できるよう、市民との協働により多様な学習の機会を提供するため開催する。	8月	3月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	イベント
129	文化財講演会	郷土の歴史や文化財に関する講演会を実施し、郷土の歴史や文化財の普及と啓発を図る。	8月	8月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315	イベント
130	こしがや能楽の会	特色ある地域文化の振興を図るため、伝統文化活動の成果を発表する場及び伝統文化の鑑賞機会を提供する。	10月	10月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	
131	越谷市民文化祭	芸術文化活動の推進を図るため、市民と連携し、文化活動の成果発表の場を提供する。	11月	11月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	
132	越谷市二十歳のつどい	二十歳に達した青年の新しい門出を祝福し、社会の一員としての役割と責任を自覚する節目として、地域の方々とともに二十歳のつどいを実施する。	1月	1月	実行委員	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	
133	人権講演会	部落差別をはじめとする様々な人権問題に対する正しい理解と認識を深めるとともに、人々の観念や意識に潜在する心理的差別の解消と人権意識の高揚を図るため開催する。	1月	1月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	イベント
134	越谷市美術展覧会	芸術文化活動の推進を図るため、市民の作品を公募し、入選した作品等を展示することにより、発表及び鑑賞の機会を提供する。	2月	2月	出品者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	イベント
135	生涯学習フェスティバル当日ボランティア	生涯を通じて学ぶことの楽しさと大切さを啓発することを目的として開催する「生涯学習フェスティバル」の当日運営ボランティアとして参加いただくもの。	2月	2月	全市民	働く場	生涯学習課	963-9283	ボランティア
136	越谷市生涯学習フェスティバル	子どもから高齢者までのあらゆる世代が、見て・参加して・体験できるプログラムを用意し、学びのきっかけづくりを提供するとともに、生涯を通じて学ぶことの楽しさと大切さを市民に啓発する。	2月	2月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	
137	郷土芸能祭	囃子・神楽・木遣などの郷土に伝わる芸能・文化の保存と継承を図るため、発表の場を提供し、広く市民に郷土芸能を普及する。	3月	3月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307	
138	郷土芸能祭実行委員会	囃子・神楽・木遣などの郷土に伝わる芸能・文化の保存と継承を図るため、発表の場を提供し、広く市民に郷土芸能を普及する「郷土芸能祭」の企画・運営を行うもの。	10月	3月	越谷市郷土芸能祭 実行委員	働く場	生涯学習課	963-9307	ボランティア
139	昔のくらしを感じる講座	市域の教育がどのように変革してきたかを知るとともに、昔の人のくらしや思いを感じ学ぶ機会とする。	未定	未定	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315	イベント
140	越谷市二十歳のつどい実行委員会	各地区で実施する「越谷市二十歳のつどい」において、実行委員として企画・運営を行うもの。	9月	1月	越谷市二十歳のつどい 実行委員会	働く場	生涯学習課	963-9283	ボランティア
141	生涯学習リーダーバンク	生涯学習に関する講師や指導者の情報を把握し、指導者情報を掲載する冊子を作成することで、「いつでも、どこでも、だれでも」が学習できる環境づくりを推進する。	通年	通年	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
142	生涯学習クラブ・サークル・団体ガイド	市内の施設等で定期的に活動している生涯学習団体の活動内容を把握するとともに、団体情報をまとめた生涯学習情報誌を作成することで市民に広く情報を提供し、多様な学習活動を支援する。	通年	通年	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	
143	越谷市文化財ボランティア	本市に残る貴重な文化財を後世に継承するため、文化財の保存と活用を促進する担い手としての文化財ボランティアを養成することを目的として活動するもの。	通年	通年	以下の全てを満たすもの。 (1)市内に居住し、通勤し、又は通学している者 (2)年齢満16歳以上の者 (3)養成講座を受講した者	働く場	生涯学習課	963-9315	ボランティア
144	生涯学習推進会(生涯学習フェスティバル)	生涯を通じて学ぶことの楽しさと大切さを啓発することを目的として開催する「生涯学習フェスティバル」の企画・運営を行うもの。	通年	通年	生涯学習推進会会員	働く場	生涯学習課	963-9283	ボランティア
145	こしがや市民大学企画運営委員会	学ぶことの楽しさを知り、心豊かに生活ができるよう、市民との協働により多様な学習の機会を提供する「こしがや市民大学」の企画・運営を行うもの。	通年	通年	こしがや市民大学企画運営委員	働く場	生涯学習課	963-9283	ボランティア
146	子ども大学こしがや・まつぶし実行委員会	地域の大学や市町村、企業・団体が連携して、子どもの知的好奇心を刺激する学びの機会を提供する「子ども大学こしがや・まつぶし」の企画・運営を行うもの。	通年	通年	子ども大学こしがや・まつぶし実行委員	働く場	生涯学習課	963-9283	ボランティア
147	生涯学習ボランティア養成講座(入門編)	これから生涯学習のボランティアを始めたい方を対象に、活動についての基礎知識の習得や資質の向上を図る。	12月	12月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283	イベント
148	旧東方中村家住宅「開館記念秋のお茶会」	越谷市指定有形文化財「旧東方中村家住宅」において、日本の伝統文化として古くから伝わる茶道の礼儀作法を学ぶ。	10月	10月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315	イベント
149	生涯スポーツ講座	「いつでも・どこでも・だれでも」をスローガンに、日ごろ運動する機会に恵まれない方や運動不足の方々に、年間を通して気軽に健康・体力づくりをする場を提供する。	4月	3月	市内在住・在勤の16歳以上の方	スポーツ・文化活動	スポーツ振興課	963-9284	イベント
150	健康体操教室	健康の保持・増進のために、運動をはじめめるきっかけづくりと運動の習慣化を身につけることを目指す。	5月	3月	おおむね40歳以上の方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284	イベント
151	市民体育祭中央大会	受付など、大会運営補助	11月	11月	(1)市内に居住し、通勤し、又は通学している年齢満15歳以上の者(中学生を除く。) (2)市内に本拠地を置くスポーツ・レクリエーション団体の構成員で年齢満15歳以上の者(中学生を除く。)	働く場	スポーツ振興課	963-9284	ボランティア
152	市民体育祭	市内各層老若男女が広く会し、市民の交流と健康づくり、体力づくりを促進するとともに、スポーツ・レクリエーション宣言都市として、健康で明るく豊かな市民生活の形成と市民文化の発展に寄与するもの。	10月	10月	全市民	スポーツ・文化活動	スポーツ振興課	963-9284	イベント
153	65歳からのいきいき元気教室	高齢者の健康づくりの必要性が高まっている中で、高齢者の健康の保持・増進を図り、また自立した生活が送れるよう介護予防の必要性を学び、運動をはじめめるきっかけづくりを目指す。	10月	12月	65歳以上の方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284	イベント
154	がやがやウォーク	平日頃運動不足の方や家族と活動する機会が少ない方などを対象に、誰もが楽しく参加できるウォーキングを通して、自然や文化に親しみながら健康・体力づくりを図るとともに、生涯スポーツとして実施する。	10月	10月	市内に在住・在勤・在学する方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284	イベント

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先	きらボ対象
155	市民体育祭市内駅伝競走大会	受付など、大会運営補助	12月	12月	(1)市内に居住し、通勤し、又は通学している年齢満15歳以上の者(中学生を除く。) (2) 市内に本拠地を置くスポーツ・レクリエーション団体の構成員で年齢満15歳以上の者(中学生を除く。)	働く場	スポーツ振興課	963-9284	ボランティア
156	越谷市レクリエーション協会事業	主な事業には、6月のスポーツ・レクリエーション講習会、11月のグラウンド・ゴルフ大会、毎年11月23日(祝)に開催している、こしがやスポーツレクリエーションフェスティバル、3月の健康マラソン祭。	通年	通年	全市民	スポーツ・文化活動	スポーツ振興課	963-9284 962-1516	イベント
157	スポーツ教室	勤労者の方や小さなお子様がいる親子に講師の指導のもと運動の場を提供する	4月	3月	市内在住・在勤の方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284	イベント