

特色ある公民館・ふれあいセンター事業

<p>【 高齢者スポーツ事業】 【 施設名 : 石巻市北上公民館 】</p> <p>(事業の様子写真)</p>	<p>事業名 : シニアスポーツ教室</p> <p>実施日 : 令和4年6月～11月(9回) 参加対象 : 北上地区内の高齢者</p> <p>実施場所 : 健康づくりパーク等 参加人数 : 延べ131人</p>
	<p>事業内容</p> <p>東日本大震災以降、活動機会が激減し、孤立しがちな高齢者を対象に屋外で楽しく、生きがいと仲間づくり、希望をもって暮らすことで元気な地域づくりを目指し、ペタンクのほか、今年度から参加者等の要望により、グランドゴルフから令和4年4月に供用を開始した健康づくりパーク等を会場に「パークゴルフ」に種目を変更して、月2回シニアスポーツ教室を開催し、参加者相互のコミュニケーションと健康増進に努めた。</p> <p>また、本教室の活動の集大成として、また、学びの成果を実感していただくため、シニアスポーツ教室参加者及び一般の方を対象に、第1回シニアスポーツ教室修了記念「パークゴルフ大会」を開催した。</p> <p>それらの結果、一般の参加者が徐々に増え、多くの方から健康増進につながったとの声をいただき、来年もぜひ開催してほしいとの要望も多かった。</p>
	<p>団体との連携等</p> <p>石巻市社会福祉協議会北上支所 石巻市北上支部老人クラブ連合会</p>