

令和8年度西柴地域ケアプラザ事業計画書・報告書(施設運営、介護保険事業)

1 施設の適切な運営について

	公正・中立性の確保について	コンプライアンス等への対応について (事故報告、個人情報保護、備品管理簿)
取組計画	・行政や事業所からの情報を常備し地域に対し幅広い情報提供を公正に行う環境を確保します。 ・アンケートを実施し地域からの要望・情報提供に対し公正・中立な関わりを持ち施設運営を行います。	事故防止委員会を中心に事故防止に努め、社内研修を実施し、事故が起きた際は迅速に対応します。 個人情報保護に関する内部研修を実施し、個人情報保護の重要性を認識し適切に取り扱います。 備品管理を明確化し、法令順守致します。
実績		

2 指定介護予防支援事業、居宅介護支援事業

	指定介護予防支援事業 第1号介護予防支援事業	居宅介護支援事業
目標	住み慣れた地域で生きがいや役割をもって生活できるよう地域の資源を取り入れ「心身機能」「活動」「参加」にバランスよくアプローチする支援を行います。	担当するお客様が意欲的に目標達成に取り組めるよう、関係機関と連携しインフォーマルサービスも含めたプランを作成し、支援していきます。
利用料金	【サービスに係る費用】 指定介護予防支援に要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十九号)及び横浜市介護予防ケアマネジメント実施要綱に基づく金額 【その他料金】	【サービスに係る費用】 指定居宅介護支援に要する費用の額の算定に関する基準(厚生省告示第二十号)に基づく金額 【その他料金】
職員体制	管理者1名(兼務) 担当職員 常勤3名(兼務)、非常勤1名	管理者1名(兼務) 介護支援専門員 常勤1名(兼務)
契約者数		

3 通所系サービス事業

	通所介護・第1号通所介護	(介護予防)認知症対応型通所介護	地域密着型通所介護
目標			
実施体制	【実施日数】 【提供時間】 【定員】	【実施日数】 【提供時間】 【定員】	【実施日数】 【提供時間】 【定員】
利用料金	【サービスに係る費用】 指定居宅サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生省告示第十九号)及び横浜市介護予防・日常生活支援総合事業実施要綱に基づく金額 【その他料金】	【サービスに係る費用】 指定地域密着型サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十六号)及び指定地域密着型介護予防サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十八号)に基づく金額 【その他料金】	【サービスに係る費用】 指定地域密着型サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十六号)に基づく金額 【その他料金】
職員体制			
契約者数等	【延べ利用者数】 【契約者数】	【延べ利用者数】 【契約者数】	【延べ利用者数】 【契約者数】

令和8年度「西柴地域ケアプラザ」
収支予算書及び報告書（一般会計）＜（参考）地域活動交流＞

収入の部

（単位：円）

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
指定管理料	19,268,880	0	19,268,880	0	19,268,880	横浜市より
内 受領額	19,268,880		19,268,880		19,268,880	
内 戻入額					0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）	307,003		307,003		307,003	
雑入	0	0	0	0	0	
内 印刷代			0	0	0	
内 自動販売機手数料			0	0	0	
内 その他			0	0	0	
その他			0		0	
収入合計	19,575,883	0	19,575,883	0	19,575,883	

支出の部

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
人件費	13,767,914	0	13,767,914	0	13,767,914	
内 本俸			0	0	0	
内 社会保険料			0	0	0	
内 手当計			0	0	0	
内 健康診断費			0	0	0	
内 勤労者福祉共済掛金			0	0	0	
内 退職給付引当金繰入額			0	0	0	
内 その他			0	0	0	
事務費	1,300,000	0	1,300,000	0	1,300,000	
内 旅費			0	0	0	
内 消耗品費			0	0	0	
内 会議随い費			0	0	0	
内 印刷製本費			0	0	0	
内 通信費			0	0	0	
内 使用料及び賃借料	0	0	0	0	0	
内 内 自販機目的外使用料（横浜市への支			0	0	0	
内 内 その他			0	0	0	
内 備品購入費			0	0	0	
内 図書購入費			0	0	0	
内 施設賠償責任保険			0	0	0	
内 職員等研修費			0	0	0	
内 振込手数料			0	0	0	
内 リース料			0	0	0	
内 手数料			0	0	0	
内 地域協力費			0	0	0	
内 公租公課	0	0	0	0	0	
内 事業所税			0	0	0	
内 内 消費税			0	0	0	
内 内 印紙税			0	0	0	
内 その他			0	0	0	
内 その他			0	0	0	
事業費	350,000	0	350,000	0	350,000	
内 自主事業費（指定管理料充当の自主事業）			0	0	0	
内 その他			0	0	0	
管理費	2,902,966	0	2,902,966	0	2,902,966	
内 光熱水費			0	0	0	
内 清掃費			0	0	0	
内 機械警備費			0	0	0	
内 設備保全費	0	0	0	0	0	
内 空調衛生設備保守			0	0	0	
内 消防設備保守			0	0	0	
内 電気設備保守			0	0	0	
内 害虫駆除清掃保守			0	0	0	
内 駐車場設備保全費			0	0	0	
内 その他保全費			0	0	0	
内 共益費			0	0	0	
内 その他			0	0	0	
修繕費	474,000		474,000		474,000	予算：指定額
太陽光パネル保守点検			0	0	0	
太陽光パネル修繕（追加）			0	0	0	
その他	0	0	0	0	0	
内			0	0	0	
支出合計	18,794,880	0	18,794,880	0	18,794,880	
差引	781,003	0	781,003	0	781,003	

自主事業費 収入	307,003	0	307,003	0	307,003	
自主事業費 支出	0	0	0	0	0	
自主事業 収支	307,003	0	307,003	0	307,003	

管理許可・目的外使用許可に関わる収入	0	0	0	0	0	目的外使用許可(自販機)による手数料収入
管理許可・目的外使用許可に関わる支出	0	0	0	0	0	目的外使用許可(自販機)による横浜市への支出
管理許可・目的外使用許可に関わる収支	0	0	0	0	0	

※各大項目の内訳については、「その他」欄に集約して記載している場合もあります。

令和8年度「西築地域ケアプラザ」
収支予算書及び報告書（一般会計）＜包括等＞

収入の部

(単位：円)

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
指定管理料【包括】	28,860,452	0	28,860,452	0	28,860,452	横浜市より
内 受領額	28,860,452		28,860,452		28,860,452	
内 戻入額					0	
指定管理料【介護予防】	154,000		154,000		154,000	横浜市より
指定管理料【チームオレンジ】	30,000		30,000		30,000	横浜市より
指定管理料【生活支援】	6,171,401	0	6,171,401	0	6,171,401	横浜市より
内 受領額	6,171,401		6,171,401		6,171,401	
内 戻入額					0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【包括】			0		0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【介護予防】			0		0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【生活支援】			0		0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【チームオレンジ】			0		0	
雑入	0	0	0	0	0	
内 印刷代			0		0	
内 自動販売機手数料			0		0	
内 その他			0		0	
その他	1,756,000		1,756,000		1,756,000	
収入合計	36,971,853	0	36,971,853	0	36,971,853	

支出の部

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
人件費	26,486,054	0	26,486,054	0	26,486,054	法人本部経費が含まれない
内 俸			0		0	
内 社会保険料			0		0	
内 手当計			0		0	
内 健康診断費			0		0	
内 勤労者福祉共済掛金			0		0	
内 退職給付引当金繰入額			0		0	
内 その他			0		0	
事務費	5,449,799	0	5,449,799	0	5,449,799	法人経費含む
内 旅費			0		0	
内 消耗品費			0		0	
内 会議諸費			0		0	
内 印刷製本費			0		0	
内 通信費			0		0	
内 使用料及び賃借料	0	0	0	0	0	
内 自販機目的外使用料（横浜市への支出）			0		0	
内 その他			0		0	
内 備品購入費			0		0	
内 図書購入費			0		0	
内 施設賠償責任保険			0		0	
内 職員等研修費			0		0	
内 振込手数料			0		0	
内 リース料			0		0	
内 手数料			0		0	
内 地域協力費			0		0	
内 公租公課	0	0	0	0	0	
内 事業所税			0		0	
内 消費税			0		0	
内 印紙税			0		0	
内 その他			0		0	
内 その他			0		0	
事業費	1,514,000	0	1,514,000	0	1,514,000	
内 協力医	630,000		630,000		630,000	予算：指定額
内 自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【包括】	500,000		500,000		500,000	
内 自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【介護予防】	154,000		154,000		154,000	
内 自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【生活支援】	200,000		200,000		200,000	
内 自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【チームオレンジ】	30,000		30,000		30,000	
内 その他			0		0	
管理費	1,640,000	0	1,640,000	0	1,640,000	
内 光熱水費			0		0	
内 清掃費			0		0	
内 機械警備費			0		0	
内 設備保全費	0	0	0	0	0	
内 空調衛生設備保守			0		0	
内 消防設備保守			0		0	
内 電気設備保守			0		0	
内 害虫駆除清掃保守			0		0	
内 駐車場設備保全費			0		0	
内 その他保全費			0		0	
内 共益費			0		0	
内 その他			0		0	
修繕費	126,000		126,000		126,000	予算：指定額
その他	0	0	0	0	0	
支出合計	35,215,853	0	35,215,853	0	35,215,853	
差引	1,756,000	0	1,756,000	0	1,756,000	

自主事業費 収入	0	0	0	0	0	
自主事業費 支出	884,000	0	884,000	0	884,000	
自主事業 収支	△ 884,000	0	△ 884,000	0	△ 884,000	

管理許可・目的外使用許可に関わる収入	0	0	0	0	0	目的外使用許可（自販機）による手数料収入
管理許可・目的外使用許可に関わる支出	0	0	0	0	0	目的外使用許可（自販機）による横浜市への支出
管理許可・目的外使用許可に関わる収支	0	0	0	0	0	

※各大項目の内訳については、「その他」欄に集約して記載している場合もあります。

令和8年度 地域ケアプラザ収支予算書及び報告書＜介護保険事業分＞

施設名:西柴地域ケアプラザ

R8年4月1日～R9年3月31日

(単位:千円)

	科目	第1号介護予防支援			介護予防支援			居宅介護支援			通所介護			第1号通所介護		
		予算	決算	差引	予算	決算	差引	予算	決算	差引	予算	決算	差引	予算	決算	差引
収入	介護保険収入			0			0			0			0			0
	その他	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	事業・負担金収入			0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
	その他			0			0			0			0			0
	収入合計(A)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
支出	人件費			0			0			0			0			0
	事務費			0			0			0			0			0
	事業費			0			0			0			0			0
	管理費			0			0			0			0			0
	その他	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	利用者負担軽減額			0			0			0			0			0
	消費税			0			0			0			0			0
	介護予防プラン委託料			0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
				0			0			0			0			0
	その他			0			0			0			0			0
	支出合計(B)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
収支 (A)－(B)		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

※ 介護予防プランを他事業者へ委託する場合の取扱は、介護報酬を一旦全額収入に計上した後、他事業者へ委託料として支払う分を支出に計上してください。

※ 上記以外の事業を実施している場合は、事業ごとに列を追加して記載してください。

令和8年度 自主事業計画書・報告書

■ 事業			■ 事業の性質		■ 主な対象者、従たる対象者		
1：地域活動交流事業	2：地域包括支援センター運営事業		1：優先的に取り組みが求められる事業		1：高齢者	2：障害児・者	3：養育者及び乳幼児
3：生活支援体制整備事業	4：共催（1と2）	5：共催（1と3）	2：福祉保健活動に発展させることをねらいとした事業		4：子ども・青少年	5：地域	6：事業者
6：共催（2と3）	7：共催（1と2と3）				7：その他		

No	事業名	開始年度	事業	事業の性質	事業目的	主な対象者	従たる対象者 (複数選択可)	事業内容・実施時期	合計			
									実施回数	うちオンライン 実施回数	延べ参加人数	うちオンライン 参加人数
1	よこはまシニアボランティアポイント登録研修会	令和5年度	5：共催（1と3）	1：優先的に取り組み	よこはまシニアボランティアポイント登録研修会を開催し、地域でのボランティア活動を推進の為。	1：高齢者	5	よこはまシニアボランティアポイント登録研修会。	0	0	0	0
2	介護予防講座	令和5年度	2：地域包括支援センター運営事業	2：発展させるねらい	地域の高齢者を対象に、介護予防（ロコモ予防、栄養改善、口腔フレイル予防）について学び、介護予防に自主的に取り組むきっかけづくりと、交流の場の提供を目的とする。	1：高齢者	1	健康づくり、フレイル予防、社会参加の重要性を学ぶ情報提供をする。	0	0	0	0
3	介護予防出張講座	令和5年度	2：地域包括支援センター運営事業	1：優先的に取り組み	地域高齢者がフレイル予防等を学び、健康への意識向上を図り、包括職員へ相談できる場を作る。	1：高齢者	1	自治会、町内会サロンに向き、地域ニーズに沿った講座を開催する。	0	0	0	0
4	介護者のつどい	令和5年度	2：地域包括支援センター運営事業	1：優先的に取り組み	家族で介護をしている方を対象に介護の知識や技術などの情報を提供し、気分転換できる講座を開催。また介護者同士が交流できる場を提供。	5：地域	1.2	偶数月第4水曜日開催 交流会を行い介護者の気分転換や情報交換の場を提供。偶数月第4水曜日開催。	0	0	0	0
5	あんしん生活講座 (権利擁護に関する事業)	令和5年度	2：地域包括支援センター運営事業	1：優先的に取り組み	暮らしに役立つ知識として詐欺被害防止や権利擁護に関する講演会や相談会、チラシを配布する。	1：高齢者	5	ケアプラザでの開催の他、地域サロンへ出張講座としても開催する。チラシを作成し周知を行う。	0	0	0	0
6	海辺のサロン	令和5年	7：共催（1と2と3）	1：優先的に取り組み	認知症の方やご家族が参加できるサロンを目的とする。	5：地域	1	認知症の方やご家族が参加できるサロンを目的とする。毎月第2火曜日開催。	0	0	0	0
7	民生委員交流会	令和5年度	2：地域包括支援センター運営事業	1：優先的に取り組み	民生委員と西築CPと連携を図り、第1回目顔の見える関係づくりを行った。高齢者や高齢者家族を取り巻く環境の情報共有を目的とする。	5：地域	1, 2, 5, 6	年2回開催し、内1回は勉強会などに検討する。主には地域で抱える高齢者等の問題の共有、解決に向けたい。	0	0	0	0
8	みなとホルダー説明登録会	令和5年度	7：共催（1と2と3）	1：優先的に取り組み	エリア在住の高齢者対象の見守りホルダーの説明登録会をケアプラザだけではなく、地域サロンなどに出張し行う。	5：地域	1	見守りホルダーの周知や登録説明会を不定期に実施。	0	0	0	0
9	ぐー・ちょき・ばー広場	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	子育て中の親子を対象に、情報交換の場づくり、交流の場作りと孤立化を防ぐ事を目的とする。	3：養育者及び乳幼児	3	月に2回実施。フリースペースで遊んで頂き、保護者の交流、情報交換の場となる。	0	0	0	0
10	朝ヨガ教室	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	健康維持とストレス解消を目的とする。	5：地域	1, 2, 3, 5	日頃のストレス解消や健康維持の為、講師の指導のもとヨガを行う。	0	0	0	0
11	フラワーアレンジメント教室	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	フラワーアレンジメントを通して地域住民の交流を図ることを目的とする。	5：地域	1, 2, 3, 5	季節の草花を使い講師の指導を受けながらアレンジメントを行う。草花の特徴を生かし、美しさの表現を共有し、題材を通して「美」「和」を学ぶ。	0	0	0	0
12	みなと茶房	令和5年度	7：共催（1と2と3）	1：優先的に取り組み	地域住民の誰もが気軽に立ち寄れることができ、住民同士の交流の場となることを目的とする。	5：地域	1, 2, 3, 4, 5	前半はパーソナルトレーナーによる腰痛体操やストレッチを行い、後半はお茶とお菓子を提供し、地域住民の交流の場づくりを行う。	0	0	0	0
13	百人一首	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	地域住民のつながりを作る事、頭と体を使う事で介護予防も目的としている。	5：地域	1, 2, 3, 4, 5	参加者同士のコミュニケーションを図り、上の句、下の句を思い出しながら探しあて、時間制限もあり、脳発力や集中力も必要となる為、体や脳の活性化に役立つ。	0	0	0	0
14	くるま椅子貸出し	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	くるま椅子の短期（2週間）無料貸し出し。	5：地域	1,2,3,4,5,	くるま椅子の貸出2週間無料貸与	0	0	0	0
15	図書貸出し	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	情報ラウンジ常設の図書コーナーの書籍貸出。	5：地域	1,2,3,4,5,	書籍貸出2週間貸与無料	0	0	0	0
16	大学生向けボランティア実践講座	令和5年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	大学生に広くボランティア活動の啓発を行い、きっかけを作ることによってボランティア活動へのハードルを下げ、新たな人材となれることを目的とする。	4：子ども・青少年		STEP1～3を開催。1では地域ケアプラザでの活動の紹介や先輩活動者の話。2では各ケアプラザの事業へ実際に参加しボランティアの実践を行う。3ではボランティアを実践した後の情報共有や感想などをグループワークにて行う。	0	0	0	0
17	カントリーダンス教室	令和6年度	1：地域活動交流事業	1：優先的に取り組み	ダンスを踊りながら交流の場づくりを行う。振りを覚えることで脳トレにもなる。	1：高齢者		講師指導のもと多種類のダンスを学ぶ。交流の場づくりにもなり、脳トレにもなる。	0	0	0	0
18	医療講演会	令和6年度	2：地域包括支援センター運営事業	1：優先的に取り組み	地域ニーズに応じた講演会を開催し、健康作りのきっかけとする	5：地域	1,5	協力医や医療機関と連携し、多様な講演会を開催する	0	0	0	0

■ 事業			■ 事業の性質		■ 主な対象者、従たる対象者		
1：地域活動交流事業	2：地域包括支援センター運営事業		1：優先的に取り組みが求められる事業		1：高齢者	2：障害児・者	3：養育者及び乳幼児
3：生活支援体制整備事業	4：共催（1と2）	5：共催（1と3）	2：福祉保健活動に発展させることをねらいとした事業		4：子ども・青少年	5：地域	6：事業者
6：共催（2と3）	7：共催（1と2と3）				7：その他		

No	事業名	開始年度	事業	事業の性質	事業目的	主な対象者	従たる対象者 (複数選択可)	事業内容・実施時期	合計			
									実施回数	うちオンライン 実施回数	延べ参加人数	うちオンライン 参加人数
19	事例検討会	令和6年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	困難ケースへの支援方法を多角的に検討し、学ぶ機会を作る	6:事業者		CM対象に困難ケースの支援を検討し、共有する支援を行う	0	0	0	0
20	Happy Song サロン	令和6年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	みんなで歌うことによって交流の場づくりを行う。口腔体操にもなる。	5:地域		講師指導によるコーラス教室。	0	0	0	0
21	西柴医療・ケアマネ交流会	令和6年度	2:地域包括支援センター運営事業	2:発展させるねらい	金沢区のCM、協力医薬剤師等の関係機関が集まり、情報共有 課題共有を行う。	6:事業者	6	金沢区のCM、協力医薬剤師等の関係機関が集まり、まず、情報交換を行う。	0	0	0	0
22	夏休みやる気スポット	令和6年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	夏休みの小中学生の学習の場の提供と学習サポートを行う。	4:子ども・青少年		夏休みの宿題などを持参し、講師指導のもと学習を行う。	0	0	0	0
23	夏休み工作教室	令和6年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	夏休みの余暇支援と交流の場づくりを目的とする。	4:子ども・青少年		講師指導のもと、泡のバスボム作りを行う。	0	0	0	0
24	健康づくり・介護予防の集い出張講座	令和6年度	6:共催(2と3)	2:発展させるねらい	地域の高齢者を対象に、介護予防に自主的に取り組むきっかけづくりと、住民同士見守る事のできる地域づくり、交流の場の提供を目的とする	5:地域		自治会、町内会サロンに向向き、地域ニーズに沿った講座を開催する。	0	0	0	0
25	地域向け講演会	令和6年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	地域住民のニーズに応じた講演会を開催し、地域住民の知識向上や、地域問題解決に向けた足掛かりとする。	5:地域		地域ニーズに沿った講演会の開催。	0	0	0	0
26	わくわく秋祭り健康ブース	令和6年度	7:共催(1と2と3)	2:発展させるねらい	秋祭りの参加者に健康チェックをして頂き、介護予防及び健康づくりのきっかけとする。	5:地域		握力、健口くん、体組成計、BSチェッカー、測定、対象者によってはフレイル予防のご説明。	0	0	0	0
27	お正月飾りを作ろう	令和6年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	お正月飾りの作成を通して地域住民の交流を図ることを目的とする。	5:地域		講師の指導を受けながら、季節の行事の美しさ表現を共有し、題材を通して「美」「和」を学ぶ。	0	0	0	0
28	わくわく秋祭り	令和6年度	7:共催(1と2と3)	2:発展させるねらい	福祉保健活動団体また地域で活動している方の披露の場をしてフェスティバルを開催、また地域住民と特養の入居者さとの交流を目的とする。	5:地域		福祉保健協力団体による披露や健康ブースの開催、プロによるコンサートを実施。また、地域の農家が作る野菜の販売や、障がい者の作業所で作っている雑貨の販売。	0	0	0	0
29	かもめのアトリエ	令和7年度	5:共催(1と3)	2:発展させるねらい	ボランティア活動の場づくり・地域交流・介護予防事業・秋祭りやイベント等で配布できる小物づくりと、館内の季節の飾り物の作成を行いながら地域住民同士の交流に役立てる。	5:地域	1.2	手作りの物を作り提供するボランティア活動をしながら地域住民のコミュニティの場の提供をする。	0	0	0	0
30	Let's！Tryモルック	令和8年度	5:共催(1と3)	2:発展させるねらい	競技を通して交流の場づくりを行う。加点や減点もあり、得点をで覚えることで脳トレにもなる。	5:地域	1.2.3.4	個人戦でルールを覚えてもらい、団体戦で参加者同士でチームを組み行う。	0	0	0	0
31	Enjoy！歌謡フラ	令和8年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	参加者同士、一緒に踊ることで仲間意識(交流の場づくり)が芽生える。懐かしい曲に合わせ振りを覚えることで脳トレになる。また、曲に合わせて歌うことで口腔体操にもなる。	1:高齢者	2.3.4.5	講師指導のもと懐かしい曲に合わせて踊ったり口ずさんだりする。足の動きに自信がない方でも椅子に座ったまま手振りで踊る事ができる。	0	0	0	0
32	ナイトヨガ	令和8年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	仕事帰りの方が気軽に立ち寄れる。健康維持とストレス解消を目的とする。	5:地域		講師指導によるナイトヨガ教室。	0	0	0	0
33	ナイトピラティス	令和8年度	1:地域活動交流事業	1:優先的に取り組み	仕事帰りの方が気軽に立ち寄れる。健康維持とストレス解消を目的とする。	5:地域		講師指導によるナイトピラティス教室。	0	0	0	0