

## 出雲崎町スポーツ・健康マイレージ ポイント付与対象事業一覧

区分	事業名称	対象	開催日程	会場	条件	付与P	担当課
スポーツ・運動	さわやかスポーツ教室	全町民	通年 第1,3火曜	中央公民館	1回の参加	40	教育課 社会教育係 ☎0258-78-2250
	ストレッチポール教室	〃	5～12月		〃	40	
	いきいき体操教室	〃	5～12月 第1,3,5水曜		〃	40	
	気軽に体操教室	〃	5～3月		〃	40	
	リズム体操教室	〃	9～11月		〃	40	
	トランポビクス教室	〃	9～12月		〃	40	
	身体健康プロジェクト	〃	6～12月		〃	100	
	テニス教室	〃	5～11月	多目的運動場	〃	100	
	町民バレーボール大会	〃	6月	町民体育館	〃	100	
	町内ゲートボール大会	〃	10月	屋内ゲートボール場	〃	100	
	町民ソフトバレーボール大会	〃	11月	町民体育館	〃	100	
	町民卓球大会	〃	12月		〃	100	
	屋内ゲートボール大会	〃	2月	屋内ゲートボール場	〃	100	
	町民バドミントン大会	〃	3月	町民体育館	〃	100	
	町民ウォーキング	〃	10月	出雲崎サイトコース	〃	100	
	いずもざきマラソン'24	〃	10月	中央公民館	〃	100	
	ファミリースキー&スノーボード教室	〃	2月	未定	〃	100	
	町民登山	75歳以下の町民	6月		〃	100	
きらりフレッシュタイム	全町民	4～6月,10～12月	多世代交流館 きらり	〃	40	きらり 子ども未来室 ☎0258-86-5580	
ヨガ・ストレッチ	〃	通年 毎月第1月曜		〃	40		
ちよいとレ教室	〃	7～9月,1～3月		〃	40		
高齢者パワーアップ事業	おおむね65歳以上の町民	通年 月～金曜	月・火 ふれあいの里 水～金 町民体育館	〃	20	社会福祉協議会 ☎0258-41-7133	
海岸地区転倒予防教室		通年 毎週水曜	海岸公民館	〃	40		
五ヶ字地区足腰たっしゃ教室		通年 毎月第2,4水曜	中央公民館	〃	40		
中越地区パワーアップ教室		通年 毎月第1・3水曜	川西公会堂	〃	40		
八手地区足腰たっしゃくらぶ		通年 毎月第1火曜	八手地区改善センター	〃	40		
西越地区転倒予防教室		通年 毎月第2,4火曜	西越地区改善センター	〃	40		
栄		栄養・食事相談会	個別に案内	11月	中央公民館		〃
元気はつらつ料理教室	小学生以上の町民	7月,1月	〃	100			
健康づくり全般	健康診査	国民健康保険加入者,後期高齢者等	集団;6月,11月 個別;6～10月	集団;ふれあいの里 個別,ドック; 指定の医療機関	1回の受診	100	
	がん検診・骨粗鬆症検診	18歳以上の町民	ドック;5～12月		1回(1種類以上)の受診	100	
	健診結果指導会	個別に案内	8月,1月	ふれあいの里 他	1回の参加	100	
	血管強化教室	〃	10月,2月	中央公民館	〃	100	
区分	その他のポイント付与				条件	付与P	担当課
施設利用	町民体育館（アリーナ、走路、トレーニング室等）の利用				1回の利用	20	町民体育館
	多目的運動場、野球場、ゲートボール場の利用				〃	20	☎0258-78-4700

※ポイント付与対象事業は、年度途中に追加・変更となる場合があります。