町内に住む65歳以上のみなさまへ

小布施町出かけて交流ポイント制度

おでこポイント制度 2023年度 対象事業一覧表

対象期間:2023年8月1日～2024年7月31日

おでこポイント制度のながれ

① ポイントカードを受け取る
（ポイントカードは、役場高齢者福祉係や小布施町社会福祉協議会窓口か対象事業先にあります）

② 対象事業に参加する

③ カードにスタンプを押してもらう

④ 10ポイント以上たまったら商品券と交換！
（交換できる場所は、役場高齢者福祉係・小布施町社会福祉協議会の窓口です）

ポイントを集めて
みんなで健康長寿を
目指しましょう！

※対象事業は予告なしに変更する場合があります。
※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、事業が中止になる場合があります。各自でご確認ください。

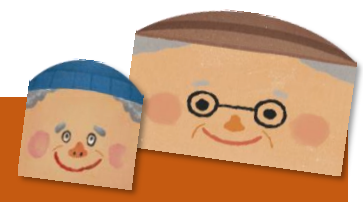
2023年8月1日現在

	事業の種類	事業名	頻度	対象者（小布施町在住65歳以上の方）	運営団体
1	介護予防	脳のリフレッシュ教室	おおむね月1回	65歳以上の認知症を予防したい人 ※要件をご確認ください	地域包括支援センター
2		脳のリフレッシュ教室交流会	年1回		
3		フレイル健康相談	随時	おおむね65歳以上	
4		ダンスで脳元気教室	月1回	65歳以上	
5		フレッシュ	月1回		
6		チャレンジのど自慢教室	月1回		
7		千年ふれあい倶楽部	月1回		
8		転倒予防教室	月2回	※要件をご確認ください	
9		楽らく若返り教室	月2回		
10		オレンジカフェ・くりんこ	月1回	どなたでも	
11		認知症予防講演会	年1回		
12	ボランティア	ボランティア養成講座	不定期		社会福祉協議会
13		ボランティア交流会	年1回		
14		ボランティア活動	不定期	社協でボランティア登録している人	
15	学び・交流	楽しい童謡唱歌講座	各講座・教室による	受講生	教育委員会 生涯学習係 公民館
16		やさしいヨガⅠ講座			
17		やさしいヨガⅡ講座			
18		健康体操講座			
19		やさしい健康フラ講座			
20		健康リズム体操講座			
21		お豆と野菜の料理講座			
22		やさしいキルト講座			
23		書を楽しもう講座			
24		小布施の文化を学ぶ教室			
25		葛飾北斎教室			
26		江戸文芸教室			
27		古文書教室			
28		入門オペラ教室			
29		小布施の魅力再発見まち歩き教室			
30		史跡めぐり教室			
31		一絃琴体験教室			

	事業の種類	事　業　名	頻　度	対象者(小布施町在住65歳以上の方)	運営団体
32	学び・交流	陶芸体験教室	各講座・教室による	受講生	教育委員会 生涯学習係 公民館
33		ボルダリング体験教室			
34		秋のガーデニング教室			
35		わたしと家族のそうぞく教室			
36		はじめてのスマホ教室			
37		北斎巴錦栽培教室			
38		ゆめ愛文化展	11月中旬		
39		お茶のみサロン	おおむね月1回		
40		ひとり暮らし高齢者交流会	年4回	65歳以上のひとり暮らしの人	
41		社協主催の勉強会等	不定期	どなたでも	
42		障がい者希望の旅	7月上旬	障がい者手帳をお持ちの方	
43		ふれあいちいさな旅	年度中に1回		
44		住民主体の支え合い活動	不定期	協議体参加者など	
45		ボランティア団体の学び・交流	不定期	社協でボランティア登録している人	社協ボランティア登録団体
46		ゲートボール協会	第2月曜日	ゲートボール協会加入者	ゲートボール協会
47		健康麻雀	毎週木曜日	どなたでも	麻雀同好会
48		フルート	月2回		フルート教室
49		フルート	月2回		フルート同好会
50		栗ガ丘小学校ストーリーテリング	月3回		ひきざくらの会
51		栗ガ丘小学校朝読書読み聞かせ	おおむね月1回		朝読書ボランティアはーとふる
52		絵手紙の学習	月1回		リスの会
53		北斎巴錦の保存と普及	随時		小布施巴錦保存会
54		大正琴	週2回		琴千会まろん
55		キルトを通して交流	月1回		キルトの会
56		ヨガ	月2回	女性対象	ヨガサークル・カコ
57		逢瀬琴の伝統発信	月2回	どなたでも	逢瀬琴の会
58		日本画の学習	月2回		日本画クラブ
59		童謡や季節の歌等の練習等	月2回		ひだまりコーラス
60		木彫り	月1回		木彫あすなろ
61		俳句	月1回		小布施俳句会
62		コカリナ演奏	月1回		秋桜の会
63		歌声	月1回		歌声くりん子
64		長野地区障がい者スポーツ大会	未定	障がい者手帳をお持ちの方	役場地域福祉係
65	シニアクラブ行事	定期総会	年1回5月中旬	シニアクラブ連合会会員	シニアクラブ連合会
66		研修親睦旅行	年1回6月上旬		
67		郡シニア連総会・交流会	年1回8月下旬		
68		町シニア連会員研修会	年1回2月下旬		
69		幼保もちつき大会	12月上旬		
70		小布施荘布切り（４月～11月）	第2・4水曜日		
71		オープンゲートボール大会	年2回	シニアクラブ連合会会員 （会員以外も参加可）	
72		〃　囲碁ボール大会	年1回		
73		〃　輪投げ大会	年2回		
74		〃　マレットゴルフ大会	年2回		
75		〃　ゴルフ大会	年3回		
76		〃　グランドゴルフ大会	年4回		
77		〃　しめ縄づくり教室	年1回		
78		〃　輪投げサロン	冬期1・2・3月		
79		辛味大根種子の保存と栽培活動	各クラブによる	シニアクラブ連合会会員	おぶせ辛味大根
80		カラオケ（クラブ活動）			カラオケ部
81		フラワーアレンジメント（クラブ活動）			フラワーアレンジメント

	事業の種類	事　業　名	頻　度	対象者(小布施町在住65歳以上の方)	運営団体
82	シニアクラブ行事	各支部の活動	各支部による	シニアクラブ連合会会員	東町シニア会
83					中町老人会
84					中央長寿会
85					横町秋葉会
86					栗ガ丘長寿会
87					押羽仙寿会
88					六川長命会
89					中子塚老人会
90					矢島嘉多老会
91					松村なかよし会
92					千両なでしこ会
93	健康診断	特定健診◆	6～1月、11月	40～74歳で小布施町国保加入者	役場健康係
94		高齢者健診◆	6～1月	後期高齢者医療保険加入者	
95		特定保健指導◆	随時	特定健診を受診した結果、対象となった人	
95		人間ドック◆	年度中に1回	40歳以上	
96		各種がん検診◆	各期間	※要件をご確認ください	
97		結核レントゲン	9月21･22日	65歳以上	
98		ウォーキング健康教室	年12回	どなたでも	

・対象となる事業に参加すると、ポイントカードにスタンプが付与されます。
・１ポイント（スタンプ）50円で、10ポイント（500円）ごとに商品券と交換できます。
・１年間で交換できる上限額は、60ポイント（3,000円）です。
・原則１回の参加につき1ポイントですが、運営側として関わると2ポイント付与される場合があります。
・◆マーク・・・受診後、結果を健康係に持参するとスタンプが付与されます（特定保健指導のみ、保健指導期間中に１回、面談終了後にスタンプ付与）。



お問い合わせ先
小布施町　健康福祉課　高齢者福祉係　☎214−9108
小布施町社会福祉協議会　☎242−6665