

高齢者健康づくり教室実施要綱

(目的)

第1条 高齢者健康づくり教室(以下「教室」という。)は、高齢者の「寝たきり」や「閉じこもり」防止及び身体能力の低下を抑えるため、高齢者に適した運動遊具を設置した屋外の高齢者健康づくり広場等で、適度な運動を行い、健康増進を図ってもらうことを目的とする。

(実施主体)

第2条 教室の実施主体は浜松市とし、その運営は社会福祉法人等に委託することができる。

(実施会場)

第3条 この教室を開催する会場は浜松市老人福祉センターとする。

(利用対象者)

第4条 この教室の利用対象者は、市内に居住する60歳以上の介護認定を受けていない高齢者とする。

(教室の内容)

第5条 この教室は、運動の目的、正確で安全な方法、効果等を指導し、継続した運動を習慣付ける。

(実施予定数)

第6条 この教室は、午前コース、午後コースの2コースを概ね4ヶ月間で8回程度実施するものとする。

(実施日時)

第7条 この教室の実施日は、原則として実施期間の毎月第1第3火曜日から金曜日のいずれかの日とし、午前コースは10時00分から11時30分まで、午後コースは13時30分から15時00分までとする。ただし、委託先と協議の上、随時変更ができるものとする。

(定員)

第8条 1コースの定員は、原則として30名程度とする。定員数を上回った場合は、締め切り日以降抽選とする。

(生徒の募集の方法)

第9条 広報はままつに掲載するとともに、公民館、老人福祉センター等に案内を配布し生徒の募集をするものとする。募集に関するについては委託先で取りまとめるものとする。

(その他)

第10条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は、市長が別に定める。

附則

この要綱は、平成15年9月1日から施行する。