

## 令和5年度 健幸ポイント事業「行きましたポイント」付与対象事業

### ①健康関連事業

\*今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、日程等が変更になる場合があります。詳細は問い合わせ先にご確認ください。

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
1	はつらつ健康生活づくり事業	毎週月・水・金曜日	13:30～15:30	様々なリハビリテーション機器を使いながら自分にあったメニューで体力アップ!	多可赤十字病院地域リハケアセンター	なし	500円/回	多可赤十字病院 地域医療支援センター	足立	多可赤十字病院地域医療支援センター 0795-32-3810	多可町住民	
2	多可町ランニングクラブ	月1回土(5～3月)	9:00～11:00	自分のペースに合わせてランニングやウォーキングができます。	中区	なし	年間500円	多可町体育協会	松本	多可町役場生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	
3	第2回わくわく♥健康教室	6月25日	9:00～12:00	健康のため、体操とニュースポーツで体を動かそう!	アスパルアリーナ	なし	無料	多可町スポーツ推進委員会	橋本	多可町役場生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	小学生以上

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
4	第3回わくわく ♥健康教室	7月23日	9:00～12:00	健康のため、体操と ニュースポーツで体を 動かそう！	アスパル アリーナ	なし	無料	多可町ス ポーツ推進 委員会	橋本	多可町役場 生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	小学生以上
5	第4回わくわく ♥健康教室	8月20日	9:00～12:00	健康のため、体操と ニュースポーツで体を 動かそう！	アスパル アリーナ	なし	無料	多可町ス ポーツ推進 委員会	橋本	多可町役場 生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	小学生以上
6	第5回わくわく ♥健康教室	9月24日	9:00～12:00	健康のため、体操と ニュースポーツで体を 動かそう！	アスパル アリーナ	なし	無料	多可町ス ポーツ推進 委員会	橋本	多可町役場 生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	小学生以上
7	第6回わくわく ♥健康教室	10月15日	9:00～12:00	健康のため、体操と ニュースポーツで体を 動かそう！	アスパル アリーナ	なし	無料	多可町ス ポーツ推進 委員会	橋本	多可町役場 生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	小学生以上
8	第7回わくわく ♥健康教室	11月26日	9:00～12:00	健康のため、体操と ニュースポーツで体を 動かそう！	アスパル アリーナ	なし	無料	多可町ス ポーツ推進 委員会	橋本	多可町役場 生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	小学生以上

## 令和5年度 健幸ポイント事業「行きましたポイント」付与対象事業

### ②ウォーキング関連事業

\*今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、日程等が変更になる場合があります。詳細は問い合わせ先にご確認ください。

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
1	多可の森健康ウォーキング (毎週ウォーキング)	毎週火・木曜日	9:00~11:00	森や町の中を歩きながら、脳活性トレーニングや筋力アップ等の様々なプログラムを行います。	毎回異なるHP参照	なし	500円	(一社)多可の森健康協会・多可町	【多可の森健康協会】橋口	【多可の森健康協会】080-8306-0551	多可町住民 加西市住民  最高血圧180以上、最低血圧110以上のどちらかに該当する方。 体温37.5度以上の方 妊娠中の方 飲酒された方、二日酔いの方 自力で2時間のウォーキングができない方	
2	多可の森健康ウォーキング (月1回イベント)	月1回(土曜日)	午前開始(開始時間は毎回異なる)	森や町の中を歩きながら、脳活性トレーニングや筋力アップ等の様々なプログラムを行うほか、体験プログラムもしくは食事がつきます。	毎回異なる	20名	500円+体験料または食事代	(一社)多可の森健康協会・多可町	【多可の森健康協会】橋口	【多可の森健康協会】080-8306-0551	多可町住民 加西市住民  最高血圧180以上、最低血圧110以上のどちらかに該当する方。 体温37.5度以上の方 妊娠中の方 飲酒された方、二日酔いの方 自力で2時間のウォーキングができない方	

## 令和5年度 健幸ポイント事業「行きましたポイント」付与対象事業

### ③イベント・ボランティア関連事業

\* 今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、日程等が変更になる場合があります。詳細は問い合わせ先にご確認ください。

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
1	認知症サポーター養成講座	各団体、集落にて実施	集落等で決定	キャラバンメイトによる認知症に関する講座。	各集落公民館等	なし	無料	ふくし相談支援課	下原	地域包括支援センター 0795-30-2525	多可町住民	
2	認知症サポーターステップアップ講座	2回/年	未定	認知症に関する対応等についてより具体的に学ぶための講座。受講後希望者はボランティアとして活動。	未定	30人	無料	ふくし相談支援課	下原	地域包括支援センター 0795-30-2525	多可町住民	
3	元気あっふ広場	集落毎に決まった曜日で実施	集落毎に決まった時間で実施	いきいき百歳体操や体力測定を行います。	各集落公民館等	なし	無料	ふくし相談支援課	吉田	地域包括支援センター 0795-30-2525	多可町民	
4	スポーツフェスティバル	11月11日	9:00～12:00	スポーツクラブ21で取り組まれているスポーツを中心に、様々な体験ができます。	アスパル	なし	無料	多可町スポーツクラブ21連絡協議会	松本	生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	
5	ご来光登山	1月1日	6:00～10:00	浅香山に登り、みんなでご来光を拝みます。	浅香山	なし	無料	多可町体育協会	松本	生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
6	卓球教室	各会場 年間4回	19:30～21:30	八千代・中・加美区の3会場に分かれて、卓球の好きな方が集まり楽しみます。初心者も参加可能です。	ガルテン八千代体育館、アスパルアリーナ、加美中学校体育館	なし	年間 200円	多可町体育協会	松本	生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	
7	バスケットボール教室	月2回金 (5月～2月)	18:30～21:00	バスケットボールが好きな方が集まり楽しみます。初心者も参加可能です。	アスパルアリーナ	なし	小学生： 500円 高校生以上： 1500円	多可町体育協会	松本	生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	
8	インドアテニス教室	月2回月 (5月～2月)	19:00～21:00	ソフトテニス好きな方が集まり楽しみます。初心者も参加可能です。	アスパルアリーナ	なし	小学生： 500円 高校生以上： 1000円	多可町体育協会	松本	生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 加西市住民	
9	体育協会主催の大会（ソフトボール、野球、バレー、ソフトテニス、バスケットボール、卓球、陸上競技、剣道、柔道）	6月～3月	開催要項による	スポーツ好きな方が集まり、競技を楽しみます。	開催要項による	開催要項による	開催要項による	多可町体育協会	松本	生涯学習課 0795-32-5122	多可町住民 大会によっては、 加西市住民も可	
10	コークゼミ	月1回 (6月～3月)	19:30～21:00	共に支え合う「地域づくり」のために、地域互助活動、健康寿命の延伸など幅広く学べます。	交流会館ほか	なし	無料	多可町地域共生推進協議会	生田	総務課 0795-32-2382	多可町住民	

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
12	おでかけひろば	月1回	10:00~11:30	職員が見守る中、親子のペースで安心して遊ぶことができます。	町内の公園及び施設	なし	無料	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
13	みんなのひろば	月1回	10:00~11:30	ダイナミックな遊びや季節の遊びなど、いろいろな体験を楽しめます。	自然の中・地域の公民館	なし	無料	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
14	赤ちゃんひろば	月1回	10:00~11:30	身体計測やスキンシップ遊び、情報交換をします。	子育てふれあいセンター	なし	無料	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
15	ベビーマッサージ	月1回	10:00~11:00	わらべうたベビーマッサージ	子育てふれあいセンター	なし	無料	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
16	うんどうひろば	年8回	10:00~11:30	ヨガやリトミック、ハイキングなどを親子で楽しみます。	内容によって異なる	なし	無料	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
17	学習会	月1回	10:00~11:30	「子どもの発達」「かかわり方」「食育」など、子どもの健やかな成長につながるような講座や体験学習を実施します。	内容によって異なる	なし	無料	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
18	夕涼み会（イベント名変更あり）	8月20日 または27日	17:00～19:00	親子で参加し、いろいろな遊びを体験するとともに、他の親子との交流を深めます。	子育てふれあいセンター	なし	なし	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
19	クリスマス親子コンサート	12月17日	10:30～11:30	小さな子どもとその家族が一緒に楽しめる演奏会です。	エーデルささゆりチャペル	100人	100円/人	子育てふれあいセンター	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町住民	
20	たかっこフェスタ	10月15日	9:00～12:00	多可町在住の0～18歳までの子どもとその家族を対象に、遊んだり作ったりさまざまな体験ができます。	毎回異なる チラシ参照	あり (R4 120名)	なし	子育てふれあいセンター、 中児童館、みなみ児童館	岡本	子育てふれあいセンター 32-2816	多可町民	0～18歳の子どもとその家族
21	フェルトマスコットを作ろう	9月23日	10:00～11:30	親子を対象に、フェルトマスコットを作成する。	毎回異なる チラシ参照	20～40 組	200～ 300円	子ども未来課	杉原 秋山	子ども未来課 32-2385	多可町民	小学生とその保護者
22	Xmasリースを作ろう	11月23日	10:00～11:30	親子を対象に、Xmasリースを作成する。	毎回異なる チラシ参照	20～40 組	200～ 300円	子ども未来課	杉原 秋山	子ども未来課 32-2385	多可町民	小学生とその保護者
23	ひなまつりスイーツを作ろう	1月7日	10:00～11:30	親子を対象にひなまつりスイーツを作成する。	毎回異なる チラシ参照	20～40 組	200～ 300円	子ども未来課	杉原 秋山	子ども未来課 32-2385	多可町民	小学生とその保護者

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
24	バレンタインフラワーケーキを作ろう（フラワーアレンジメント）	2月11日	10:00～11:30	親子を対象にフラワーケーキを作成する。	毎回異なる チラシ参照	20～40 組	200～ 300円	子ども未来課	杉原 秋山	子ども未来課 32-2385	多可町民	小学生とその保護者
25	那珂ふれあい館の体験学習	随時 もしくは那珂ふれあい館体験プログラムチラシ、HP参照（要予約）		多可町の歴史や文化を題材にした様々な体験プログラム。体験プログラムチラシ、HP参照（要予約）	那珂ふれあい館	10～15		那珂ふれあい館	安平・ 西山	那珂ふれあい館 0795-32- 0685	多可町住民 加西市住民	指定日以外の申し込みの場合は別途使用料、講師料が必要となります。
26	夏のこども体験学習(夏チャレ)	8月20日	13:00～	手作り絵本教室などの講座	図書館	20名	300円	教育委員会	丸岡	図書館 32-5170	多可町住民	町内小学生
27	おはなし会 特別おはなし会	第2・4土曜日 任意の日	10:30～	おはなし会	図書館	なし	無料	図書館	安平	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	3才以上
28	読み聞かせ講座	年2回 8月、10月 予定	10:30～	読み聞かせ講座	図書館	20名	無料	図書館と子育てふれあいセンター	吉田麻	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	一般
29	ストーリーテリング講座	年3回 10・11・ 12月予定	10:30～	ストーリーテリング講座	図書館	20名	無料	図書館	安平	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	高校生以上



No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
30	かるた会 (いろはカル タ、百人一首)	1月13日	10:00～	かるた会	図書館	なし	無料	図書館	今中	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	幼児・小学生
31	①クリスマスお はなし会 ②クリスマスミ ニコンサート	12月23日 予定	①14:15～ ②15:00～	おはなし会および30 分程度の楽器演奏に よるコンサート	図書館	①15名 ②30~50 名程度	無料	図書館	安平	図書館 32-5170	多可町民 加西市住民	①3歳以上 ②誰でも
32	多可町図書館講 演会	秋頃開催 予定		講師を招いて講演	図書館	50名程 度	無料	図書館	依藤	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	
33	図書館まつり	6月3日	10:00～18:00	リサイクル本やワー クショップなど開催 します。	図書館		無料	図書館	丸岡	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	
34	(仮) 手遊び・ わらべ歌講座	年1回	10:30～	年に1回図書館に関 連する講座を開催し ます。内容について は未定。	図書館	20名	無料	図書館	藤岡	図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民	高校生以上

## 令和4年度 健幸ポイント事業「行きましたポイント」付与対象事業

### ④その他

\*今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、日程等が変更になる場合があります。詳細は問い合わせ先にご確認ください。

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	主催者	担当者	問い合わせ先	参加対象	備考
1	多可町温水プール	随時	10:00~19:45	1年中温度設定されたプールで、気持ちよく泳いで健康増進につなげます。	多可町立温水プール	なし	施設にお問い合わせください	多可町指定管理者 (株)NSI	福島	多可町立温水プール 0795-32-1475	多可町住民 加西市住民	
2	ファミサポ まかせて会員 講習会	4回/年程 度	9:00~12:00	子どもを預かる上で必要なことを学ぶ講座です。まかせて会員として活動する前に受ける必要があります。	毎回異なる たか広報、 たかTV、 チラシ等参照	なし	無料	こども未来課	川嶋	ファミリー・サポート・センターたか 0795-32-5135	多可町住民	20歳以上の人。 心身共に健康な人。 自宅などで子どもを預かることのできる人。 ※まかせて会員に登録した方には別途100Pが獲得できます。
3	令和6年スマホ 申告限定説明会 場	R6年2月8日 (予定)	9:00~16:00 (予定)	西脇税務署員と一緒に学び、実際にスマホを操作しながら確定申告を行います。	ベルディー ホール 会議室	100人	無料	西脇税務署 多可町役場	岸本	税務課 32-2386	多可町住民	「せっかくマイナンバーカードを取得したけれど、スマホで確定申告するのはちょっと自身がない」という多可町民が対象

## 令和5年度 健幸ポイント事業「行きましたポイント」付与対象事業

### ⑤ 「行きましたポイント」付与専用の電子スタンプが常設されている施設

No.	イベント名	開催日	開催時間	内容	場所	定員	参加費	担当者	問い合わせ先	備考
1	道の駅 杉原紙の里・多可の利用		午前9時～午後5時 (日曜日は午前8時～午後5時) 定休日：毎水曜日 祝日の場合は翌日	「道の駅 杉原紙の里・多可」の利用	道の駅 杉原紙の里・多可(売店スペース)	なし	なし	-	健康課 0795-32-5121	
2	なかやちよの森公園の利用		午前9時～午後5時 休園日：毎月曜日 祝日の場合は翌日、年末年始(12/29～1/3)	なかやちよの森公園の利用	「なかやちよの森公園湖畔の広場」にある管理事務所	なし	なし	-	健康課 0795-32-5121	
3	多可町余暇村公園の利用		-	多可町余暇村公園の利用	「多可町余暇村公園」管理事務所前	なし	なし	-	健康課 0795-32-5121	休園日：年末年始(12/29～1/3)、毎週火曜日(祝日は除く) ココロン那珂(ちゃったなの森)、駐車場、冒険広場の遊具は利用できますが、バラ園、日本庭園は利用できません。