①健康関連事業

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	ら自分にあったメ	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	第1回わくわく ♥健康教室	6月30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		多可町ス ポーツ推進 委員会	定本	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
3	第2回わくわく ♥健康教室	7月14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	定本	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	9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	定本	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	10月6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	定本	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	ウォークラリー	12月1日	9:00~12:00	ウォーキングを楽しみ ながら各ポイントで簡 単なゲームを楽しみま す。		なし	無料	多可町ス ポーツ推進 委員会	定本	多可町役場 生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	

②ウォーキング関連事業

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)		9:00~11: 30		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	高城	【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)	(土曜	始時間は毎回	毎週ウォーキング のプログラムに加 え体験や昼食(お 弁当)がつきま す。	毎回異なる		500円+体 験料また は食事代	(一社)多 可の森健康 協会・多可 町	三城	【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	

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
3	小学校登下校見 守りウォーキン グ	~12/25、 1/7~2/28 (学校の長 期休暇期間	下校時間帯	こども達の登下校 の見守りをしなが らウォーキングを 楽しみましょう。	各小学校	無し	不要	多可町	藤村	学校教育課	多可町民	登下校の時間帯にウォーキング。子ども達の学校への到着時間、学校からの出発時間前後に「学校にて」ポイント付与。(登校の出迎え、見送りをする職員が対応するため、ポイント付与できる時間帯は限られる。※おおよそ7:40~8:10頃、14:30~15:00頃)

③イベント・ボランティア関連事業

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			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	浅田	地域包括支援 センター 0795-30- 2525	多可町住民	*「xIDアプリ」でマイナンバー連携をされた方は、"通いの場参加ポイント"と表記されます。
4	体育協会主催の大 会(ソフトボー ル、野球、バレー ボール、陸上競 技、卓球、ソフト テニス、剣道、柔 道)	6月~2月	開催要項による	各種競技の大会	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		生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民 (開催要項によ る)	*保護者の送迎のみは対象外

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
5	体育協会主催の各 教室 (バスケット ボール、インドア ソフトテニス、卓 球、スキー・ス ノーボード)	6月~2月	開催要項による	初心者も対象に楽し く学びます。	アスパルアリーナ	開催要項による	開催要項による	多可町体育協会		生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民 (開催要項によ る)	* 保護者の送迎の みは対象外
6	ご来光登山	1月1日	6:00~10:00	浅香山に登り、ご来 光を拝みます。	浅香山	なし	無料	多可町体育協会		生涯学習課 0795-32- 5122	多可町住民 加西市住民	
7	コークゼミ	6/13開講 式 ほか6回開 催(日程 調整中)	19:30〜21: 00 ※これ以外の場 合もあり	コークゼミは、お互 いに気に掛け合って 助け合えるあったか いまちを目指して地 域の課題をみんなで 考える研修会です。	交流会館ほか	なし	無料	総務課	成瀬	総務課 0795-32- 2382	多可町住民	
8	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	就学前の子どもと	
9	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 験を楽しみます。	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	就学前の子どもと	

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
10	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		子育てふれあ いセンター 32-2816	就学前の子どもと	
11	ベビーマッサージ	月1回	10:00~11:00	わらべうたべビーマッサー 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		子育てふれあ いセンター 32-2816	就学前の子どもと	
12	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。		なし	無料	子育てふれ あいセン ター		子育てふれあ いセンター 32-2816	就学前の子どもと	
13	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	就学前の子どもと	
14	リフレッシュ講 座	偶数月 第3月曜日	10:00~11:00	産後ママのためのご褒美ヨ ガ	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		センター	多可町住民 就学前の子どもと その家族	
15	フェスタ	8/20 または 8/29	10:00~正午	親子で参加し、いろいろな 遊びを体験するとともに、 他の親子との交流も深めま す。	アスパル	なし	なし	子育てふれあ いセンター			多可町住民 就学前の子どもと その家族	

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
16	タ	8/20 または 8/29	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、 他の親子との交流も深めま 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		センター	多可町住民 就学前の子どもと その家族	
17	出前ひろば	8/10、 10/13、 10/27	9:00~12:00	親子で工作やスポーツ等を する。		20人程 度	200円程度	多可町	秋山	子ども未来課	多可町住民 小学生・こども園 保護者	
18	の体験学習		・ムチラシ、HP参	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)		3~20人	200~ 700円	那珂ふれあい館	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。
19	図書館まつり	6月8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		多可町住民 加西市住民	
20	多可町生涯大学 「多可学園」		原則10:15~ 12:00	教養講座、スマホ講 座、クラブ活動	ベルディーホール 会議室及びアスパ ル		年会費 4000円	多可町	小西		多可町住民 多可学園生(おお むね60歳以上)	
	ふるさと創造大学 一般講座・公開講 座		9:30~12:00	教養講座	ベルディーホール 会議室・アスパ ル・地域局		年会費 4000円	多可町	中里	生涯学習課	多可町住民 ふるさと創造大学 講座生(公開講座 は多可町民全員)	

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
22	高齢者交通安 全・防犯教室	未定	未定	交通安全・防犯教室	各集落集会所		無料	多可町	今中	生活安全課	多可町住民 加西市住民 高齢者	
23	図書館ボランティア	随時		館内の壁面飾り、書架整頓、宅配業務、学校園等への出前、おはなし会、 特集コーナーの設置、布 絵本製作、イベント出役	図書館及び図書室					図書館 32-5170	多可町住民 加西市住民 ボランティア会員	
24	子育てボランティ ア	随時		イベント時のコーナー手 伝い(フェスタ等)、学 習会での託児、リユース 会の服の整理整頓、子ど もの見守り	子育てふれあいセン ター		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	多可町住民	

④その他

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	く泳いで	多可町立 温水プール		施設にお問い 合わせくださ い		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	町ぐるみ健診	6/23、24、25 7/7、8、9 9/3、4	8:30~11:30	アスパルで特定健 診、がん検診を受け ましょう。	アスパル	各健診日で定員あり	検診費用	多可町	小西	健康課 0795-32-5121	多可町住民	

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		·	「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。

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
4	北条鉄道の利用			北条鉄道の利用	北条鉄道	なし	乗車区間の運賃	北条鉄道	加西市健康課 0790-42-8723	乗車の際は、車両内の 電子スタンプを 押してください。
1 5	グラウンド・ゴ ルフ		9:00~16:00	グラウンド・ゴル フ	青野運動公 苑	なし	グラウン ドゴルフ の利用料 金	青野運動公 苑	0790-45-1556	受付にてアプリを提示 してください。
6	県立フラワーセ ンターの入園		9:00~16:00	入園料	県立フラ ワーセン ター	なし	入園料	公益財団法 人兵庫県園 芸・公園協 会	0790-47-1182	入園の際は、温室に設置している電子スタンプを押してください。 入園は16:00までにお願いします。

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
7	soraかさいの利 用		9:00~18:00	①チケット購入 ②物販コーナー ③カフェの利用	soraかさい	なし	入園無料 ※ポイ与条 件は備考 参照	soraかさい	0790-49-8100	営業時間:9:00~ 18:00 物販コーナー 9:00 ~18:00 カフェ 10:00~ 17:00 (フードLO: 16:30) ポイント付与条件: ①チケット購入 ②物販コーナー ③カフェの利用 休館日:毎月第2・4月 曜日 (月曜日が祝日の場合 は翌平日) 12月29日~1月3日
8	アスティア加西の利用		9:00~17:00	①遊戯施設 ②一時預かり ③テレワークセン ターの利用	アスティア 加西2階	なし	①、②, ③の料金 について はHPをご 確認くだ さい。	かさいこど も広場&パ パママオ フィス「ア スも」	0790-42-3939	ポイント付与条件: ①遊戯施設 ②一時預 かり③テレワークセン ターの利用 定休日: 第一、第三木曜日およ び年末年始 アスもホームページ: https://kasaiasumo.j p/