

## H31\_R 元年度事業計画（案）

今年度は、委託事業が減り、スタッフ1名減により、現状の活動をしっかり維持していく1年になる。足元を再度固める年度にしたい。

### ■体操指導

（自主事業）

- ・脳・筋・骨！元気教室の開催 全96回
- ・笑顔満快！元気盛りモリ体操普及教室（介護施設職員向け研修会）1回

（委託事業）

- ・雫石町高齢者筋力向上トレーニング事業委託 2クール全24回
- ・盛岡市元気はなまる筋力アップ教室（玉山圏域）事業委託 3会場で8回、全24回
- ・矢巾町健康教室事業委託 2クール全24回

（講師依頼）

- ・雫石町レインボー健康体操サークル 8サークル×24回
- ・健康体操教室『体力アップまつぞの』講師 全11回
- ・総合型スポーツクラブまつぞののスポーツクラブ講師 全12回
- ・他健康教室10件依頼あり

### ■まちづくり

→事業を当法人から分ける。

以上