

山形市健康ポイント事業SUKSK（スクスク）のポイント対象事業一覧
 ※事業の内容等に変更が生じる可能性があります。ご不明な点は各問合せ先にご確認ください。

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得ポイント数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
1	10月	1日(木) 10:00～12:00	楽しく歩こう!ノルディック ウォーキング体験講座 ①	どなたでも ご参加いただけます	西部公民館	15名	2本の専用ポールを用いたフィンランド 生まれのウォーキング体験(初心者向 け2kmコース)	西部公民館 023-645-1223	不要	無料	500	●	●	●
2	10月	1日(木) 13:30～15:00	仲間づくり・健康講座	第三・四・ 九地区に お住いの方	北部公民館	35名	健康でいきいきとした生活に役立つ講 話や体操教室を開催します。	地域包括支援セン ターかがやき	要 (申込方 法:9/1(火)～地 域包括 支援セン ターかが やきへ電 話)	無料	500	●	●	●
3	10	2日(金) 10:00～11:30	みんなあつまれ元気広 場	どなたでも ご参加いただけます	東部公民館	30名	足の健康を維持し、トラブルを予防、改 善するためのケアを学びます。	第八地区社会福祉 協議会 080-1834-8036	要 お電話で	無料	500	●	●	●
4	10	3日(土) 9:00～12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅲ	どなたでも ご参加いただけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に小児に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
5	10月	3日(土) 13:30~15:30	江南大人の学び場 第5回 「県産食材を使った手 作りみそ教室」	どなたでも ご参加いた だけます	江南公民館	20名	県産食材を使った美味しい「手作りみ そ」の作り方を学びます	江南公民館 023-684-4428	要(申込 方法:電 話・窓 口)	要(申込 方法:当 日現金)	500	●	●	●
6	10月	4日(日)	山形まるごとマラソン	どなたでも ご参加いた だけます	市総合ス ポーツセン ター	6000名	小学生からシニアまで誰でも気軽に参 加できるマラソン大会の開催を通して、 幅広い年齢層の健康増進及び体力の 向上を目指します。	山形市スポーツ課 スポーツ交流係 023-641-1212	要(申込 方法:)	要(申込 方法:)	500	●	●	●
7	10月	4日(日)	山形まるごとマラソン	まるごとマ ラソンボラン ティア	市総合ス ポーツセン ター他	なし	マラソン大会の開催を通して、スポーツ ボランティアや運営スタッフ等に関わるこ とにより、スポーツ大会を支えて楽し みましょう。	山形市スポーツ課 スポーツ交流係 023-641-1212	要(申込 方法:)	無料	500	●	●	●
8	10	4日(日) 13:00~15:00	うんどうで健康!家族み んなで楽しくからだを動 かそう!	どなたでも ご参加いた だけます	山形ビッグ ウィング	なし	家族みんなのできる体操の紹介、子ど ものスポーツサーキット、ヨガやボールエク ササイズ体験、卓球、バドミントンでゲー ム大会など、身体にいいことを紹介する イベントです。	アブルス 023-631-1147	不要	無料	500	●	●	●
9	10月	7日(水) 10:00~12:00	楽しく歩こう!ノルディック ウォーキング体験講座 ②	どなたでも ご参加いた だけます	西部公民館	15名	2本の専用ポールを用いたフィンランド 生まれのウォーキング体験(経験者向 け4kmコース)	西部公民館 023-645-1223	不要	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
10	10月	8日(木) 9:00~16:00	秋の野外散策	身体障がい者手帳 保持者	福祉文化センター(東部 公民館)	15	日頃外出の機会が少ない障がい者に 散策の体験を提供し、身体機能向上 を図る。	福祉文化センター (東部公民館) 023-642-5181	要(申込 方法:広 報やまが たで広報 します)	未定	500	●	●	●
11	10	10日(土)	街なか賑わいフェスティ バル	どなたでも ご参加いた できます	七日町大通 り	なし	会場内にポイント付与QRコードの設 置	山形市ブランド戦略 課 街なか・商業係 023-641-1212	不要	無料	500	●	●	●
12	10	10日(土)~ 12日(月) 8時間×3	応急手当普及員講習 Ⅰ	どなたでも ご参加いた できます	西消防署多 目的ホール	30名	ご自分の所属する団体、会社等で応 急手当講習会を開催できる資格。 山形市救急ボランティアへの加入も可 能。	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
13	10月	10日(土) 13:30~15:30	「山形県産の大豆と 米」でつくる手作りみそ 講座	どなたでも ご参加いた できます	北部公民館	15	みそ作り	北部公民館 023-623-9073	要(申込 方法:公 民館報 でお知 らせし ます。)	4000円	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
14	10月	11日(日)	スポーツフェスタ	どなたでも ご参加いただけます	市総合スポーツセンター	なし	市民が身近なスポーツに親しみ生涯スポーツを通じて健康な体づくりができるスポーツフェスタを開催します。	山形市スポーツ課 スポーツ交流係 023-641-1212	要(申込方法:事前申込有)	無料	500	●	●	●
15	10	11日(日) 10:00~13:00	第38回健康まつり	どなたでも ご参加いただけます	至誠堂病院	約500名	体力測定、骨密度検査、健康相談、栄養企画を実施します。介護・福祉企画では、ハンドマッサージ、認知症相談コーナー、ちびっ子ナース体験コーナー等実施します。また、ステージ企画、バザー、抽選会なども行います。	第38回健康まつり事務局 023-622-7181	不要	無料	500	●	●	●
16	10	14日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災センター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推進係 023-634-1193	要(申込方法:救急救命課へ電話及び電子申請)	無料	500	●	●	●
17	10月	15日(木) 13:30~15:00	仲間づくり・健康講座	第三・四・九地区にお住いの方	北部公民館	35名	健康でいきいきとした生活に役立つ講話や体操教室を開催します。	地域包括支援センターかがやき	要(申込方法:9/1(火)~地域包括支援センターかがやきへ電話)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
18	10	18日(日) 9:00~13:00	奥山寺再発見事業「 面白山紅葉川渓谷ト レッキング」	小学3年 生~75歳	面白山	50名	面白山高原駅から紅葉川渓谷コース (約2時間)歩きます。	山寺コミュニティセン ター 023-695-2001	要	600円	500	●	●	●
19	10	19日(月) 10:00~11:30	高齢者健康教室	どなたでも ご参加いた だけます	元木公民館	30名	元木公民館・ざおう包括・たきやま包 括の共催の介護予防事業です。	元木公民館 023-631-6551	要(申込 方法:電 話)	無料	500	●	●	●
20	10	19日(月) Aクラス 18:30~19:30 Bクラス 19:40~20:40	トワイライトヨガ&スロ ーエアロビック講座	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール2階 練習室2 他	15名	位置に血の疲れた体を癒すヨガと、明 日への活力を養うスローエアロビックを 行います。プロジェクターで投影された 星空や夕日の映像が、リラックスムード を盛り上げます。	山形県エアロビック協 会 090-3369-4182	要	1,000円	500	●	●	●
21	10月	20日(火) 9:00~12:00	山形の歴史を学ぶ	どなたでも ご参加いた だけます	北部公民館	15	徒歩による市内の史跡の現地見学	北部公民館 023-623-9073	要(申込 方法:公 民館報 でお知 らせし ます。)	不要	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
22	10月	詳細のとおり	ママパパと赤ちゃんのスキップ教室(全2回)	原則2回とも参加できる市民(保護者と赤ちゃん)	中央公民館	各コース 先着7組	【日時】 10月24日(土)・11月14日(土) 全2回 Aコース…10:00～10:50 Bコース…11:00～11:50 【コース別赤ちゃんの月齢等】 Aコース…生後3か月位からハイハイ前までの赤ちゃん Bコース…ハイハイ期から1歳半までの赤ちゃん 【内容】 3B体操によるママパパのストレッチと赤ちゃんとのスキップ	山形市中央公民館 023-623-2150	要(申込方法:市報9月号、館報9/1号、市HPでお知らせします。)	無料	500	●	●	●
23	10	28日(水) 9:00～12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災センター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推進係 023-634-1193	要(申込方法:救急救命課へ電話及び電子申請)	無料	500	●	●	●
24	10月	29日(木) 10:00～12:00	手軽に取り組む軽運動教室	どなたでもご参加いただけます	北部公民館	10	心身ともに軽運動でリフレッシュ(スローエアロ)	北部公民館 023-623-9073	要(申込方法:公民館報でお知らせします。)	不要	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
25	11	7日(土) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅲ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に小児に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
26	11	7日(土) 10:00~16:00	東日本重粒子センター 施設見学会	どなたでも ご参加いた だけます	山形大学医 学部東日本 重粒子セン ター	約870名	東日本重粒子センターの次世代型重 粒子線がん治療装置を公開します。	山形大学医学部東 日本重粒子センター 023-628-5576	要	無料	500	●	●	●
27	11	7日(土) 13:00~16:00	みんなのための肺がんま るわかり教室@山形	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール	会場200 名 web配 信あり	肺がんの予防、検診の重要性、また最 新かつ正しい肺がんの情報発信を行 います。	特定非営利活動法 人日本肺癌学会 03-6225-2776	要	無料	500	●	●	●
28	11	7日(土) 13:30~15:15	山形大学well-being 研究所との共同講演 会	どなたでも ご参加いた だけます	山形大学医 学部50周 年記念講堂	約200名	山形コホート研究および重粒子線治 療に関する講演会を通して、予防医 学及び最先端のがん治療に対する知 識を深めます。	山形大学医学部東 日本重粒子センター 023-628-5576	要	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
29	11	9日(月) Aクラス 18:30~19:30 Bクラス 19:40~20:40	トワイライトヨガ&スロー エアロビック講座	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール2階 練習室2 他	15名	位置に血の疲れた体を癒すヨガと、明 日への活力を養うスローエアロビックを 行います。プロジェクターで投影された 星空や夕日の映像が、リラックスムード を盛り上げます。	山形県エアロビック協 会 090-3369-4182	要	1,000円	500	●	●	●
30	11	11日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
31	11	15日(日) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
32	11	15日(日) 10:30~14:50	山形市障がい者水泳 競技大会	県内に在 住する13 歳以上の 障がい者 等	山形市総合 スポーツセン ター屋内プー ル	なし	山形市身体障害者福祉協会が主催 する水泳競技大会です。	山形市身体障害者 福祉協会 (事務局山形市障が い福祉課内) 023-641-1212	要(申込 方法:市 報でお知 らせしま す)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
33	11	19日(木) 14:30~	杏さ〜くる「免疫力アップ ラフターヨガ」	どなたでも ご参加いただけます	杏リウマチクリニック (山形市桜町2-6-27)	20名程度	笑い免疫に関する講話とラフター(笑い)ヨガを実践します。	杏リウマチクリニック 023-666-3130	不要	無料	500	●	●	●
34	11月	21日(土) 10:00~12:00	江南大人の学び場 第6回 「歌って健康!若返りボイス トレーニング教室」	どなたでも ご参加いただけます	江南公民館	20名	声を出して、いつまでも動ける若々しい 身体を作ります。	江南公民館 023-684-4428	要(申込 方法:電話・窓 口)	無料	500	●	●	●
35	11月	22日(日) 10:00~12:00	手軽に取り組む軽運動 教室	どなたでも ご参加いただけます	北部公民館	10	心身ともに軽運動でリフレッシュ(リズム 体操体験)	北部公民館 023-623-9073	要(申込 方法:公民館報 でお知らせし ます。)	不要	500	●	●	●
36	11	25日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災センター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対するの応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救急救 命課へ電話及 び電子申請)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
37	11月	26日(木) 27日(金) 18:30~	健康教室	山形市職員 厚生会 の会員	山形市庁舎 11階大会 議室	120名程 度	みその効能について学びながら、手作り みそを作る。	山形市 職員厚生会事務局 (職員課厚生係) 023-641-1212	要(申込 方法:グ ループウ ェアのイン フォメー ションでお 知らせ)	2000円 程度(材 料代)	500	●	●	●
38	12	5日(土) 9:00~11:00	応急手当講習会 普通救命Ⅲ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に小児に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
39	12	9日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
40	12	12日(土) 10:00~12:00	はじめてのそば打ち 体験教室	どなたでも ご参加いた だけます	北部公民館	10名	そば打ち体験	北部公民館 023-623-9073	要 公民館 報でお知 らせしま す	1000円	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
41	12	12日(土)~ 13日(日) 8時間×2	応急手当指導員講習Ⅲ	応急手当 普及員の 資格をお 持ちの方	西消防署多 目的ホール	30名	ご自分で応急手当講習会を開催できる資格。 山形市救急ボランティアへの加入も可能。	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
42	12	20日(日) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
43	12	21日(月) 10:00~11:30	高齢者健康教室	どなたでも ご参加いた だけます	元木公民館	30名	元木公民館・ざおう包括・たきやま包括の共催の介護予防事業です。	元木公民館 023-631-6551	要(申込 方法:電 話)	無料	500	●	●	●
44	12	23日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
45	12	24日(月) Aクラス 18:30~19:30 Bクラス 19:40~20:40	トワイライトヨガ&スロー エアロビック講座	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール2階 練習室2 他	15名	位置に血の疲れた体を癒すヨガと、明日への活力を養うスローエアロビックを行います。プロジェクターで投影された星空や夕日の映像が、リラックスムードを盛り上げます。	山形県エアロビック協会 090-3369-4182	要	1,000円	500	●	●	●
46	1	9日(土) 9:00~11:00	応急手当講習会 普通救命Ⅲ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に小児に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
47	1	13日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
48	1	18日(月) Aクラス 18:30~19:30 Bクラス 19:40~20:40	トワイライトヨガ&スロー エアロビック講座	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール2階 練習室2 他	15名	位置に血の疲れた体を癒すヨガと、明日への活力を養うスローエアロビックを行います。プロジェクターで投影された星空や夕日の映像が、リラックスムードを盛り上げます。	山形県エアロビック協会 090-3369-4182	要	1,000円	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
49	1月	19日(火) 20日(水)	女子スキージャンプワールドカップ	どなたでも ご参加いただけます	アリオンテック 蔵王シャ ツェ	なし	女子スキージャンプワールドカップ蔵王大会を開催します。世界の選手のスキージャンプを観戦いただけます。	山形市スポーツ課 スポーツ交流係 023-641-1212	不要	無料	500	●	●	●
50	1	24日(日) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	どなたでも ご参加いただけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
51	1	27日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
52	2	6日(土) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅲ	どなたでも ご参加いただけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に小児に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
53	2	8日(月) Aクラス 18:30~19:30 Bクラス 19:40~20:40	トワイライトヨガ&スロー エアロビック講座	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール2階 練習室2 他	15名	位置に血の疲れた体を癒すヨガと、明 日への活力を養うスローエアロビックを 行います。プロジェクターで投影された 星空や夕日の映像が、リラックスムード を盛り上げます。	山形県エアロビック協 会 090-3369-4182	要	1,000円	500	●	●	●
54	2	10日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命 I	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
55	2	14日(日) 9:00~15:00	応急手当講習会 上級救命 ステップアップ	1年以内に 応急手当 普通救命 を受講な さった方	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (成人、小児、乳児に対しての応急手 当、及びその他の応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
56	2	21日(日) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命 I	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込要否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
57	2	22日(月) 10:00~11:30	高齢者健康教室	どなたでも ご参加いた だけます	元木公民館	30名	元木公民館・ざおう包括・たきやま包 括の共催の介護予防事業です。	元木公民館 023-631-6551	要(申込 方法:電 話)	無料	500	●	●	●
58	2	24日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災セ ンター	10名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推 進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●
59	2	2月下旬~3月 中旬	城下町やまがた雛まつ り	どなたでも ご参加いた だけます	中心市街地 内	なし	会場内にポイント付与QRコードの設 置	山形市ブランド戦略 課 街なか・商業係 023-641-1212	不要	無料	500	●	●	●
60	3	6日(土) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅲ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多 目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付け る。 (主に小児に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込 方法:救 急救命 課へ電 話及び 電子申 請)	無料	500	●	●	●

	開催月	日時	事業名	対象	会場	定員	詳細	主催(問い合わせ先)	申込可否	参加費	獲得 ポイント 数	ポイント獲得方法		
												アプリ	ポイント手帳	介護予防手帳
61	3	8日(月) Aクラス 18:30~19:30 Bクラス 19:40~20:40	トワイライトヨガ&スロー エアロビック講座	どなたでも ご参加いた だけます	やまぎん県 民ホール2階 練習室2 他	15名	位置に血の疲れた体を癒すヨガと、明日への活力を養うスローエアロビックを行います。プロジェクターで投影された星空や夕日の映像が、リラックスムードを盛り上げます。	山形県エアロビック協会 090-3369-4182	要	1,000円	500	●	●	●
62	3	10日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災センター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推進係 023-634-1193	要(申込方法:救急救命課へ電話及び電子申請)	無料	500	●	●	●
63	3	21日(日) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	どなたでも ご参加いた だけます	西消防署多目的ホール	30名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課 計画推進係 023-634-1193	要(申込方法:救急救命課へ電話及び電子申請)	無料	500	●	●	●
64	3	24日(水) 9:00~12:00	応急手当講習会 普通救命Ⅰ	一般市民	市民防災センター	10名	応急手当の知識や技術を身に付ける。 (主に成人に対しての応急手当)	山形市消防本部 救急救命課計画推進係 023-634-1193	要(申込方法:救急救命課へ電話及び電子申請)	無料	500	●	●	●