



Press Release

佐賀県 伊万里市

〒848 - 8501
佐賀県伊万里市立花町1355-1
Tel 0955-23-2111 (代表)
Fax 0955-23-6113 (代表)



報道関係者各位

令和6年10月17日

iMAR!

「いきいき百歳体操交流会」を開催します！

伊万里市では、「いきいき百歳体操」を活用した介護予防事業を平成28年度から開始しており、現在は72団体が体操に取り組まれています。普段は、それぞれに活動している団体が年に1回一堂に集まり交流会を開催します。

1 目的

いきいき百歳体操に取り組んでいる72団体が参加する「いきいき百歳体操交流会」を開催することで、住民運営の通いの場の活動を拡大し、人と人とのつながりや運動の継続により、健康寿命を延ばし、いきいきとした生活を送ることができる地域づくりをめざす。

2 日時

令和6年11月13日(水) 受付 12:15～

開演 13:00～15:40

3 場所

伊万里市民センター 文化ホール

4 内容(別紙チラシ参照)

① 表彰 90歳以上の参加者表彰

② 講話 「いきいき百歳体操と認知症予防」

講師 医療法人幸善会前田病院 理学療法士 上田慎也 氏

③ アトラクション

- ・音読と紙芝居(伊万里市民図書館館長)
- ・たっしゅか体操(たっしゅか体操教室)
- ・百歳体操に取り組んでいる団体の発表

(ダンス・ハーモニカ演奏と合唱)

5. 主催 伊万里市

共催 伊万里地区地域リハビリテーション広域支援センター
佐賀県後期高齢者医療広域連合

問合せ先

健康福祉部地域包括支援センター

担当 川原

電話 0955-23-2155

いまりで、決まり!

令和6年度

いきいき百歳体操交流会

～高齢者が笑顔で
元気ないまり～



日時 令和6年 **11月13日**(水) 受付 **12:15～**
開演 **13:00～15:40**

場所 市民センター 文化ホール

第1部

- ① 最高齢者・90歳以上※表彰 **13:00～13:20**
(※R5.11.15～R6.11.13に90歳になられた方・R5.11.15以降に新しく参加された90歳以上の方)
- ② 主催者あいさつ **13:20～13:25**

第2部

- ① 【講話】 **13:30～14:15**
『いきいき百歳体操と認知症予防』
講師 理学療法士 上田 慎也 氏
- ② 【アトラクション】
- 図書館長さんによる音読と紙芝居 **14:20～14:45**
伊万里市民図書館館長 鴻上 哲也 氏
- ～ 休憩(10分間) ～ **14:45～14:55**
- たっしゃか体操の実演 **14:55～15:10**
- ダンスの披露 **15:10～15:25**
スマイルの会(大川町)・NPO栄町地域づくり会(大坪町)ほか
- ハーモニカ演奏に合わせてみんなで合唱 **15:25～15:40**
西円蔵寺老人クラブ百歳体操

目的 通いの場(いきいき百歳体操)の参加者へ交流会を通して介護予防について学んでもらい、住民主体の通いの場活動を継続し、さらに拡大していく。



主催:伊万里市

共催:伊万里地区地域リハビリテーション広域支援センター

【問合せ先】伊万里市地域包括支援センター介護予防係 ☎0955-23-2155