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８年１０月１４日

「いきいき百歳体操交流会」を開催します！

伊万里市では、高知市で考案され、今や全国にも広がりをみせている「いきいき百歳体操」を活用した地域づくりを平成２８年度から開始しており、現在は７９か所の団体が体操に取り組まれております。

１　目　的

いきいき百歳体操に取り組んでいる７９団体が参加する「いきいき百歳体操交流会」を開催することにより、住民主体で運営される通いの場の活動が拡大し、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８年１１月１１日（水）　受付　１２：１５～
開演　１３：００～

３　場　所

伊万里市民センター　文化ホール

４　内　容

① 表彰　最高齢者・９０歳以上参加者・立上げ１０年継続団体への表彰

② 講話　・「いつまでも自分の足で歩くために」
～理学療法士が伝える転倒予防～
講師　上有田整形外科クリニック　理学療法士　山口真一　氏
・「いつもの体操に音楽をプラス！
楽しく続ける百歳体操と認知症予防」
講師　佐賀大学医学部看護学科　助教　田口友美　氏

③アトラクション

・たっしゃか体操の実演　・みんなで楽しく歌って踊ってフィナーレ

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