

報道機関各位

医療介護課 地域包括支援センター

タイトル 赤穂市いきいき百歳体操10年の節目を迎えて

下記のとおり報告いたしますのでよろしくお願いいたします。

行事・事業名	いきいき百歳体操交流会
日時	令和8年1月29日（木）13時30分～
場所・住所	赤穂市総合福祉会館 3階 集会兼運動指導室
<p>趣旨・目的（PRしたいこと）</p> <p>平成27年度から赤穂市でいきいき百歳体操に取り組み始め、10年の節目を迎えました。86団体、約1,380の方がいきいき百歳体操に取り組み、各地区でいきいき百歳体操による介護予防の輪が広がっています。（令和7年12月末現在）</p> <p>そこで、いきいき百歳体操に取り組む皆さんと、「いくつになっても ころとからだ いきいきと元気で！」を合言葉に、さらなる介護予防の輪が広がるよう交流会を実施します。</p> <p>【交流会内容】</p> <ol style="list-style-type: none">1 市長祝辞2 理学療法士による自宅でできる体操指導3 交流会	
問い合わせ先	部課係名：医療介護課地域包括支援センター 担当者名：有吉、大森、澤崎 電話：0791-42-1201 内線（ ） FAX：0791-42-1260

○添付資料（有・) ○ホームページへの掲載（有・) ○議会報告（有・)