

## 第3回「東松島市いきいき百歳体操」交流大会について

このことについて、以下のとおり行いますので、報道機関の皆様の御取材方よろしく  
お願い申し上げます。

### 1 目 的

- ① 高齢者の介護予防及び、通いの場づくりとして「いきいき百歳体操」を実施しているサークル（団体）参加者の交流をはかる
- ② 「いきいき百歳体操」のさらなる普及に向けたPR、新規参加希望者への啓発をはかる

### 2 対 象

「いきいき百歳体操」実施サークルの参加者（62サークル、約1,400人）

### 3 参加呼びかけ対象

自治会長・自治会役員、保健推進員、民生委員児童委員、老人クラブ、福祉関係団体  
市民百歳体操に興味関心のある人

### 4 運 営

主催：社会福祉法人東松島市社会福祉協議会          共催：東松島市

### 5 開催日時・会場

#### ①矢本地区（旧矢本町）

令和元年9月19日（木）午後1時30分～

東松島市民体育館 東松島市小松上浮足164 電話82-9030

#### ②鳴瀬地区（旧鳴瀬町）

令和元年9月25日（水）午後1時30分～

小野地区体育館 東松島市小野新欠下31-1

### 6 申込方法

令和元年8月30日（金）までに社会福祉協議会へ電話、FAXなどによる申込み  
電話83-5001 FAX82-9813

### 7 その他

#### ◆ プログラム

- ①高齢参加者（米寿以上）の奨励賞表彰
- ②講演「認知症にならないために」 講師 浅見大紀氏
- ③参加者全員で「いきいき百歳体操」・PTによる実技指導
- ④「かみかみ体操」の必要性について・STによる実技指導