

第1回いきいき百歳体操交流会

～ いきいき百歳体操 in 尼崎 ～

パート2

尼崎市では、平成26年10月に初代グループが立ち上がり、今では35以上のグループが、市内の色々な場所でいきいき百歳体操に取り組んでいます。

「他のグループはどうしてるの?」「他のグループのことも知りたい!」等のご意見をもとに交流会を企画しました。また、兵庫県のいき百の先駆けでもある洲本市から畑山先生にもおこし頂きます。

【日時】 平成27年11月30日(月) 13時半～15時半

【場所】 尼崎市中小企業センター 1階ホール

尼崎市昭和通2丁目6-6

※電車をご利用の場合 阪神尼崎駅より徒歩約5分(北東へ350m)

※バスをご利用の場合 最寄り停留所 尼崎総合文化センター

※車をご利用の場合 中小企業センターに駐車場あり(有料)

【対象者】 尼崎市内でいきいき百歳体操に取り組んでいるグループ
これからいきいき百歳体操に取り組んでみたい、興味・関心のある方

【内容】 #グループの活動発表
#各グループ活動状況展示
#講演「いきいき百歳体操の
効果と継続について」
洲本市健康福祉部健康増進課
理学療法士 畑山 浩志 氏



【西長洲北住宅】



【杭瀬南地区】

【問い合わせ先】

尼崎市役所 包括支援担当

認知症・介護予防担当

6489-6356