

第2回 笛吹市

いきいき百歳体操イベント

～みんなで一緒に元気になって、健康寿命、幸福寿命日本一の笛吹市を目指そう♪～

日時 令和7年 **11** 月 **19** 日(**水**) 午後1時30分～

どなたでも
参加OK

(受付:1時～)

★
必見

12時30分頃～協賛企業の体験ブースや障がい者作業所のお菓子や小

物の販売がありますので、お立ち寄りください！

会場 笛吹市**スコレ**センター1階集会室

内容

☆講演:百歳体操地域づくり～通いの場や地域の居場所の広がり～

甲州ケア・ホーム 理学療法士 磯野賢氏

☆90歳以上の百歳体操参加者の表彰～笛吹市長より

☆90歳以上の方の**“元気の源”**話し～数名の方から～

☆百歳体操 DVDでおなじみの「渡辺光美氏」とみんなで一緒に楽しい健康体操をしましょう♪

申込み方法

11月18日(火)までに電話、FAX、直接窓口、左下コード、楽笑塾などの教室時いずれかにてお申込みください(氏名、地区名をお伝えください)申込みできましたら、当日ご参加ください。



♪友達や知人を誘っての申込み大歓迎です♪



申込み・問い合わせ先

笛吹市役所 長寿支援課 長寿支援担当 保健師まで

電話番号:055-261-1902

FAX:055-262-1318