



令和元年 8 月 30 日

奈良県田原本町

## 第 1 回 いきいき百歳元気交流大会

高知市が介護予防の為に開発した「いきいき百歳体操」は今や全国各地で開催され、本町においても昨年春から取り組みはじめ現在は 36 団体、約 750 名の方が参加しています。きっかけ作りとしてこの介護予防の取り組みをさらに拡大していく「第 1 回いきいき百歳元気交流大会」を実施することとしました。

本町独自で作成した「たわらもと版いきいき百歳体操」はテレビ放送でも取り上げられました。この 1 年間の取り組みで得られた効果などを発表いたします。

この大会をきっかけに本町のいきいき百歳体操参加者が 1,000 人を超え、田原本町に元気な高齢者が増える事を目指しています。

### 記

- 実施期間 令和 1 年 11 月 21 日（木） 14 : 00～15 : 30
- 場所 田原本町青垣生涯学習センター 弥生の里ホール
- 対象者
  - ・いきいき百歳体操を実施している団体の者
  - ・いきいき百歳体操に興味を持っている者
- 内容 町長による表彰（90 歳以上の体操参加者等）  
いきいき百歳体操の実施ポイント復習

この件に関するお問い合わせ先：

住民福祉部長寿介護課

TEL 0744-34-2104

※ 詳細については別紙のとおり





「田原本町公式キャラクター タワラモン」

# 第1回

# 田原本町

# いきいき百歳 元気交流大会

入場  
無料

2019年11月21日(木)

開場13:30/開会14:00/閉会15:30

田原本青垣生涯学習センター

弥生の里ホール

## 【プログラム】

●表彰式

90歳以上の参加者 等

●いきいき百歳体操の効果

田原本町での実施効果

●みんなでいきいき百歳体操

運動のポイントをおさらい



田原本青垣生涯学習センター 弥生の里ホール  
〒636-0247 奈良県磯城郡田原本町阪手 233-1

駐車場：  
駐車場の数に限りがありますので乗り合わせまたは公共交通機関を利用してください。センター付近一帯は駐車禁止区域です。路上駐車は絶対に行わないでください。

【お問い合わせ】田原本町地域包括支援センター 0744-34-2104