

令和 8 年 2 月 12 日配信

各報道機関 様

嬉野市いきいき百歳体操大交流会の開催について

嬉野市では約 20 の団体でいきいき百歳体操が実施されており、介護予防に取り組んでいます。この度、百歳体操大交流会を初開催することとなりました。この交流会の目的は、百歳体操を楽しく続けるためのヒントを得ることや団体・個人同士の交流、健康づくりについて考えることです。理学療法士による特別講演のみならず、レクリエーション道具体験コーナー・百歳体操体験コーナー・保健師による健康相談コーナー・e スポーツ体験コーナー等のブースを用意し、交流会の前後にも健康づくりに関することを楽しんでいただけるよう準備しております。

当日は百歳体操を実施している老人会やサロン、地域コミュニティや健康づくりに興味のある方等、130 名程度と多くの申込を受けておりますので、ぜひ取材をお願いいたします。

【日時】 令和 8 年 2 月 13 日（金）10：00～12：00 （開場 9：30）

※ e スポーツ体験・レクリエーション道具体験・百歳体操体験・保健師による健康相談等のブースは開場後から 10：00 の開会までと交流会閉会後に楽しんでいただく予定です。

【場所】 嬉野市中央体育館 U-Spo（U-スポ）メインアリーナ

【特別企画】 「フレイル予防講演会」 講師：整体サロン創清 宮崎亮太理学療法士

【同時開催】 レクリエーション大会、レクリエーション道具体験会・百歳体操体験・保健師による健康相談・e スポーツ体験会

＜お問い合わせ＞

嬉野市役所 福祉課 地域高齢者福祉介護 G

Tel 0954-42-3306



いきいき百歳体操 大交流会



参加費
無料



百歳体操を続けている人！
健康づくりに関心がある人！

大集合

日時

2月13日(金)

10:00~12:00 ※9:30開場

会場

嬉野市中央体育館 U-Spo(ユースポ) メインアリーナ

【特別企画】

「フレイル予防講演会」

講師 整体サロン 創清

宮崎 亮太 氏

《持ってくるもの》

- ・水筒
- ・体育館シューズ
(靴下でも大丈夫)

※重りは使いません。



☆同時開催☆

レクリエーション大会
保健師さんによる健康相談会
レクリエーション道具体験会

【申込み先】

嬉野市社会福祉協議会 嬉野支所

☎0954-42-2020

申込み締め切り
2/4 (水) まで

※できるだけ乗り合わせでご参加ください。
送迎が必要な団体は申込時にご相談お受けします。