

# 心も体もわくわく元気！



## 第8回 柴田町

# 介護 予防 推進 大会

○開演前レクリエーション

○オープニング「この町で」「男前ダンベル」

○介護予防活動発表 5団体

(ストレッチ体操、リズム体操・合唱など)

○講演「のぼそう健康寿命！」～毎日コツコツ、ロコモ体操～

講師 NPO法人 健康応援・わくわく元気ネット

保健師・健康運動指導士 松本 秀子 先生

山元町の皆さんが  
3年ぶりに参加！

**日時：平成26年11月29日(土)**

**場所：槻木生涯学習センター**

**受付・開場 12時～**

**開会：13時**

**主催：柴田町・介護予防推進大会実行委員会**

**入場無料です。**

**みなさん見に来てください！**

○玄米ダンベルをお持ちの方は、  
ご持参ください。

○健康づくりポイント対象事業です。  
ポイントカードをお持ちの方は  
ご持参ください。



**事務局**

**柴田町地域包括支援センター**

**☎0224-86-3340**