



令和8年1月9日

「介護予防だよ！全員集合」を開催

～元気の秘訣は「みんなで楽しむ！」～

1月18日（日）に「介護予防だよ！全員集合」を開催します。今年で7回目、200人を超える方が参加します。

市内の介護予防自主グループで活動をしている高齢者が、年に1回、一同に集まり交流を図ることで、継続的に活動する意欲を高めるイベントです。

介護予防自主グループとは

住民主体で運営する介護予防の活動を実施するための通いの場です。創設から、今年で16年を迎えるグループもあります。

現在市内67か所、約850人の65歳以上の人々が毎週1回以上「竹原はつらつ体操」「竹原お口の体操」を実施し、健康寿命の延伸のため取組を行っています。

市内のリハビリ職、歯科衛生士、管理栄養士が活動支援

自主グループ活動には、リハビリ職、歯科衛生士、管理栄養士が活動支援をしています。

当日のイベントでも、コミュニティサポートネットワーク竹原（※）のメンバーが日頃の活動のモチベーションを上げるための最新のお役立ち情報を提供します。

日 時：令和8年1月18日（日）10時～11時30分

場 所：竹原市役所1階多目的ホール、会議室

内 容：90歳を超えて参加している高齢者、自主グループ発足3年以上のグループ表彰

グループ発表

リハビリ専門職によるゴムチューブを使ったトレーニングやコグニサイズ

歯科衛生士によるお口のトレーニング

管理栄養士からのお話し など

※コミュニティサポートネットワーク竹原：リハビリ職、管理栄養士、歯科衛生士等が、介護予防の促進支援のために、専門職の立場で研鑽を積むグループです。

問い合わせ

市民福祉部 地域支えあい推進課 高齢者支援係 担当：岡田・伊藤

T E L 0846-22-7743 F A X 0846-23-0140

第7回 介護予防だよ！

全員集合



開催日：令和8年1月18日（日）

開催時間：10:00～11:30

場所：竹原市役所1階多目的ホール

令和8年1月18日

介護予防だよ！全員集合

- 1 開会宣言
- 2 市長あいさつ
- 3 表彰
- 4 専門職によるアトラクション
- 5 自主グループ代表あいさつ
- 6 閉会宣言



