

令和5年度

# 高梁市健康福祉のつどい

～心のつながりを大切に支えあい助けあう健幸都市たかはし～

日時 令和5年10月21日(土) 9:30～

場所 高梁総合文化会館、高梁市文化交流館

〈高梁市原田北町1212番地・1203番地1〉

申込不要! (入場無料)  
※手話通訳・要約筆記付

## 大会の部

《会場 高梁総合文化会館 開場 9:00》

式典 9:30～10:30

- ・高梁市長表彰 ・山川ボランティア顕彰表彰
- ・小河原障害福祉顕彰表彰 ・社会福祉協議会会長表彰

記念講演 10:30～12:00

演題 『笑顔をつくる健康体操  
～介護予防に必要な5つのキーワード～』

講師 やなせ ひろし  
築瀬 寛 氏

大人のための体操のお兄さん!



### 《築瀬 寛氏のプロフィール》

日本福祉大学卒業。大手鍼灸接骨院の勤務を経て、2014年“高齢者の笑顔を作る会社株式会社GOBOU”を創業。全国各地の介護施設や地域を中心に“大人のための体操のおにいさん”ごぼう先生として座ったままできる健康体操の普及に努めています。

## つどいの部

- ・バザー
- ・作品展示
- ・各種相談ブース

裏面もあるよ♪

主催 高梁市 共催 社会福祉法人高梁市社会福祉協議会

後援 山陽新聞社・読売新聞岡山支局・朝日新聞岡山総局・毎日新聞岡山支局  
産経新聞・NHK岡山放送局・RSK山陽放送・吉備ケーブルテレビ

## つどいの部

※ 都合により内容が変更になる場合があります。

**バザー** 10:00~13:30

会場 高梁総合文化会館  
高梁市文化交流館周辺

内容 カレー・うどん・やきそば  
野菜・木工品・日用品などの販売

**保健福祉作品展示** 9:00~

会場 高梁市文化交流館1階

内容 デイサービス等の利用者の書・  
ちぎり絵・手芸作品などの展示

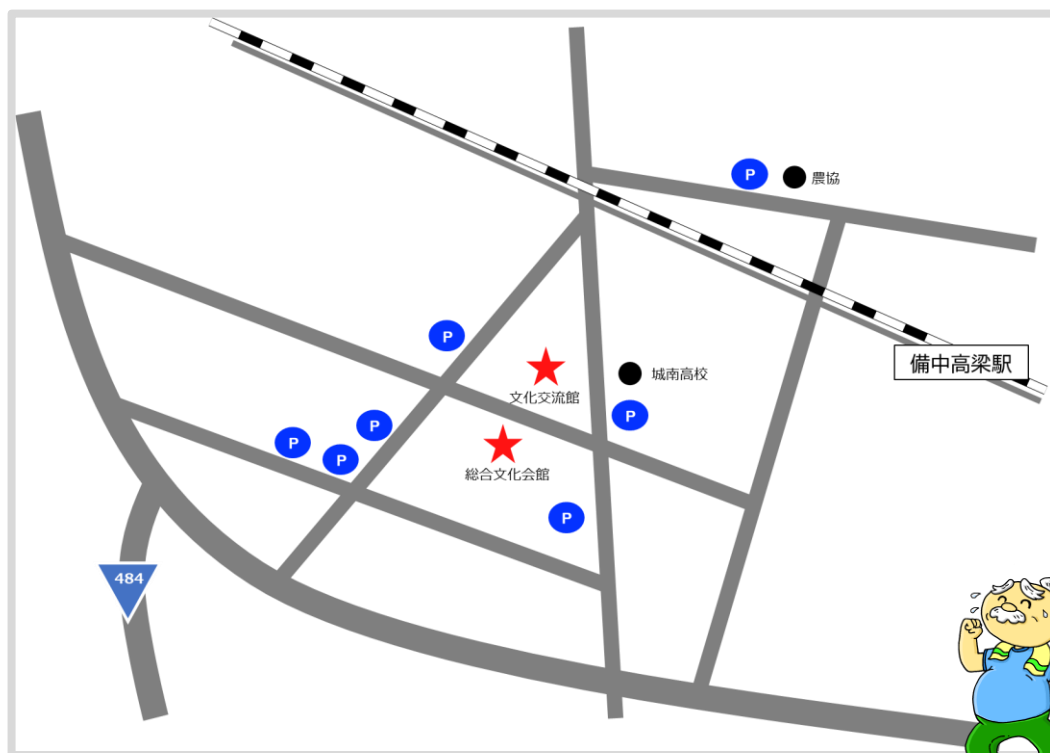
※作品展示は、10月27日（金）まで

**各種体験相談ブース** 9:30~13:30

会場 高梁市総合文化会館1階・2階

内容 1階  
介護・健康、お薬相談、ハンドマッサージ、口腔乾燥測定など  
2階  
体組成（筋量・体脂肪率）測定、血管年齢・骨密度測定、食育SAT体験など

## 会場周辺図



**お問合せ先**

高梁市健康福祉部健康づくり課

高梁市松原通2043番地 ☎0866-21-0267