

回覧

平成30年度 岩手町介護予防講演会

～老いの覚悟～

NPO法人日本子守唄協会理事長

西舘 好子 氏

ユーモアあふれるお話で、老後について楽しく考えてみませんか？

参加費
無料

- [日時] ▶▶▶ 平成30年6月29日(金)
13:30～16:00(会場13時)
- [会場] ▶▶▶ 岩手広域交流センター プラザあい
- [申し込み] 6月22日(金)までに、下記まで
お申し込みください。

第1部 13:30～15:00

基調講演 「老いの覚悟」

NPO法人日本子守唄協会理事長 西舘 好子 氏

第2部 15:10～16:00

シルバーリハビリ体操の紹介

シルリハいわて^{ほほえみ}の会 (岩手町シルバーリハビリ体操指導者の会)

岩手町役場健康福祉課 地域包括支援センター

介護予防に取り組み、元気な岩手町に！

裏面もあります

お申し込み

TEL 62-2111
(内線515・518)

主催 岩手町役場健康福祉課
地域包括支援センター

講師プロフィール



西館 好子（にしだて よしこ）氏

NPO法人 日本子守唄協会 理事長

東京・浅草生まれ。

1982年、劇団こまつ座を主宰、演劇のプロデュースを手がける。

1985年、第20回紀伊国屋演劇団体賞を受賞。

1995年、スポーツニッポン文化大賞受賞。30年に及ぶ演劇活動、DV、子供の虐待、女性問題への活動などを経て、2000年日本子守唄協会設立。現在は女性史の一つともいえる子守唄に取り組んでいる。

シルバーリハビリ体操とは？

高齢者の介護予防を目的に茨城県の整形外科医、大田仁史先生が考案した体操で、「誰にでもできる」「どんな姿勢でもできる」「道具を使わない」という特徴があります。合言葉は「いつでも・どこでも・ひとりでも」です。

ほほえみ

シルリハいわて笑美の会

シルバーリハビリ体操指導者養成講習を終了し、岩手県知事より認定証の交付を受けた岩手町の指導者が平成29年7月に設立したボランティア団体です。

現在会員は14名（男性3名 女性11名）です。

当日はみんなでシルバーリハビリ体操を行ないますので、お誘い合わせのうえ、ぜひご参加下さい。

