



大和郡山市市制70周年
Yamatokoriyama City

● どなたでも気軽に参加できます！ ●

参加費無料 申込み不要 <※開催中、出入り自由です>

※ 熱中症予防のため、水分補給できるものをお持ちください。(但し、ホール内は飲食禁止です。)

駐車場は2時間まで無料ですが駐車スペースに限りがあります。車に乗り合わせて頂くか、できる限り公共交通機関でお越し下さい。

いきいき百歳体操 大交流会

【いきいき百歳体操・音楽療法を体験してみませんか】

令和6年 **7月8日(月)**午後 **2～4 時**

場所:DMG MORI やまと郡山城ホール 大ホール

午後2時～2時35分

いきいき百歳体操
90歳以上参加者の方への

表彰式

『いきいき百歳体操』とは…DVDを
観ながら、いすに座って手足におもり
をつけて行う体操です。

午後2時35分～3時



いきいき百歳体操 の体験

講師：末吉 優也 氏(大和郡山市リハビリ

テーション連絡協議会 理学療法士)

午後3時～3時50分 いきいきと脳活

音楽療法の体験



講師：川西 明代 氏 (日本ミュージック・ケア協会 認定音楽療法士)

晩田 美奈子 氏 (日本ミュージック・ケア協会 認定音楽療法士)

永野 智子 氏 (日本ミュージック・ケア協会 認定音楽療法士)

恵阪 みどり 氏 (日本ミュージック・ケア協会 ケアワーカー)

問い合わせ先

○地域包括支援センター(北郡山町 248-4)

TEL: 55-7733 FAX: 55-6831

○大和郡山市社会福祉協議会(植槻町 3-8)

TEL: 53-6531 FAX: 55-0986