

PPK体操 体験できます♪



第1部 元気もりもりシニアの交流会

- ・発表 PPK体操のあゆみ
- ・記念講演「PPK体操、10年からその先へ
～津山20年の実践から見る 続けるヒント～」

講師 津山市健康増進課
作業療法士 安本 勝博 氏



時間 10:00～12:00

場所 地下1F 多目的ホール

定員 200名

健康相談コーナー



- リハビリ専門職の
生活お困り相談
 - ・ 転ばないための体づくり
 - ・ 食事と聞こえの相談
 - ・ 生活の工夫 …など
- ケアマネジャーや
社会福祉士による
介護相談
- ベジチェック
 - ・ 野菜摂取量の測定が
できます♪



時間 9:30～14:30

場所 1F 創作スペース

ぴんぴんキラリ

PPK体操10周年記念 地域包括 フェア

2025 年 11 月 29 日 (土)

時間 9:30 ～ 14:30

会場 あかがねミュージアム

〒792-0812 新居浜市坂井町二丁目 8 番 1 号

駐車場あり（裏面参照）

体験コーナー



- 配食弁当の試食



- シルバーカー等の
お試しコーナー

時間 9:30～14:30

場所 1F 創作スペース前

入場無料
申込不要

★誰でも参加OK★

第2部 認知症を正しく知ろう

- ・ 住み慣れた場所で暮らし続けるために
- ・ すみのふれあい劇団による啓発劇
『私だって、おだやかに生きていきたいのよ』



時間 13:00～14:10

場所 地下1F 多目的ホール

定員 200名

お問合せ

☎ 0897-65-1245

新居浜市 地域包括支援センター

〒792-8585

新居浜市一宮町一丁目 5 番 1 号

新居浜市役所 2 階