

令和7年度 介護予防講演会

“楽しい運動”で 地域をまるごと 健康に。

1995年に筑波大卒後、2000年同大学にて博士号を取得し、現在、筑波大学体育系健康体力学分野 主任教授に就任。

また、日本体育測定評価学会常任理事、日本健康支援学会理事、一社マットス協会理事長、NPO 法人スクエアステップ協会理事長を務めるほか、各地で「介護予防教室」や「高齢者健診」を実施し、地域に貢献している。

おおくら ともひろ

大藏 倫博 先生

筑波大学 体育系 教授

たてばやし健康づくり応援マイレージ事業対象

令和7年
9月27日(土)

開 会 午後2時
(開場：午後1時30分)
終了予定 午後3時30分

会 場	館林市文化会館2階 小ホール
対 象	市内在住・在勤のかた
定 員	先着100人 ※事前申込みが必要です
内 容	介護予防に関する講話と実技 (動きやすい服装でお越しください)
持ち物	飲み物、タオル

参加費 無料

申込み ① か ② のどちらかでお申込みください。

◇8月7日(木) 午前9時から開始(先着順)

① 下記問合せ先へ電話 午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)

② 申込フォームより申込

※一つのメールアドレスから複数回お申込みいただけません。

申込フォーム



問合せ 館林市介護保険課地域包括ケア係 ☎0276-47-5131