



プレスリリース

広島県府中市 情報提供

令和6年4月17日（水曜）

府中市教育委員会 教育部  
教育政策課 教育推進係：早嶋

電話 0847-44-9023

## 府中市老人大学 上下教室 「3B体操で健康寿命をのばしましょう」

府中市では、高齢者教育を推進するため、次のとおり老人大学を実施します。ぜひ取材をお願いいたします。

趣旨：高齢者が自らの生きがいを求めて学習することにより充実した生活を送るとともに、地域のリーダーとして、積極的に社会参加をしていくことを目指し、開催する。

日時：令和6年4月26日（金） 午前10時～11時15分  
※令和6度上下教室の入校式を挙行し、その後、初回の講座を行う。

場所：府中市上下公民館 2階 会議室  
(〒729-3431 府中市上下町上下 861-3 TEL:0847-62-3139)

主催：府中市教育委員会・府中市老人大学上下教室運営委員会

演題：3B体操で健康寿命をのばしましょう

講師：日本3B体操協会公認指導者 きったか 橘高 みねこ 美根子さん

内容：音楽に合わせて、「ボール」「ベル」「ベルター」という道具を使いながら誰でも気軽に無理なく楽しく行える健康体操を学ぶ。

受講料：100円  
※どなたでも参加できます。