



プレスリリース

広島県府中市 情報提供

令和6年9月4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 北部教室 「ストレッチボールを使用したストレッチ」

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：ストレッチボールを使用したストレッチの体験やフレイルの正しい知識を習得することで、元気で活気あふれる地域づくりを目指し、開催する。

日時：9月12日（木） 午前10時～11時

場所：府中市協和公民館 多目的ホール

（〒729-3211 府中市木野山町48-1 TEL:0847-68-2121）

主催：府中市教育委員会・府中市老人大学北部教室運営委員会

共催：府中市公衆衛生推進委員会連合会・一般財団法人広島県環境保健協会

演題：ストレッチボールを使用したストレッチ

講師：一般財団法人広島県環境保健協会 地域活動支援センター 地域支援課

課長 住田 典子 さん

内容：ストレッチボールを使用したストレッチを体験しながらフレイル予防について正しい知識を学ぶ。

受講料：100円

※どなたでも参加できます。