



愛媛労働局委託「生涯現役促進地域連携事業」  
「みんなが活躍できる愛媛づくりプロジェクト」



55歳以上対象  
アクティブシニア育成事業

8～10月毎週水曜日（全8回）

# 健康体操教室

参加者  
大募集！



参加無料

期 間	令和2年8月中旬～10月初旬（週1回/全8回）
講 師	吉武喜美雄先生
日 時	毎週水曜日 9:30～10:30（初回のみ開講式のため9:00～となります。） （①8/12 ②8/19 ③8/26 ④9/2 ⑤9/9 ⑥9/16 ⑦9/30 ⑧10/7）
場 所	今治市営中央体育館（今治市別宮町6丁目2-2）
定 員	20名程度（先着順・定員になり次第締め切りとなります。）
参加資格	愛媛県在住で55歳以上の軽い運動をするのに支障がなく、 ボランティアや就労による社会参加に意欲のある方 ※就労やボランティアはサイクリングイベント関連のものが対象となります。
参加料	無料
申 込	裏面申込書にご記入のうえ下記連絡先までご郵送ください。 FAXやお電話でも受け付けております。
締 切 日	令和2年7月31日（金）必着

愛媛県生涯現役促進地域連携事業推進協議会（担当：福川）  
松山市一番町1丁目14-10 井手ビル3F  
TEL：089-913-6339 FAX：089-915-1421  
ホームページ：https://ehime-syougaieneki.jp/



詳細は裏面へ



# 週に1度のお楽しみ!



愛媛県生涯現役促進地域連携事業推進協議会では、55歳以上を対象としたアクティブシニア育成事業に取り組んでいます。愛媛県内各地のスポーツ施設で行う健康体操教室を通して体力づくり・仲間づくりをし、愛媛県の特徴であるサイクリングイベントでの「就労」・「ボランティア活動」を目指しましょう！（※ボランティアや就労はゴミ拾いや清掃、広報活動等が主となります。イベントにより内容は異なりますが自転車に乗ることはございません。）

## 理学療法士による健康体操教室

～楽しみながら元気になる！

姿勢改善、ストレッチ、筋力UP～

今治市営中央体育館(大会議室)

毎週水曜日

- ①8/12 ②8/19 ③8/26 ④9/2 ⑤9/9  
⑥9/16 ⑦9/30 ⑧10/7

講師:吉武 喜美雄 先生



### 【プロフィール】

愛媛県今治市出身。父母が鮮魚商、祖父が視力障がい者という家庭に育ち、小さな頃から鮮魚の配達や祖父の手引き誘導などで、他人が喜ぶことに幸せを感じる礎が生まれる。1983年3月に愛媛十全医療学院理学療法科を卒業。愛媛県立今治病院、県立新居浜病院などを経て1990年から吉野病院勤務。社会活動として、NPO法人シクロツーリズムしまなみでは「自転車活用のまちづくり」でのサイクリングガイドや、介護予防に繋がる「卓球療法」の普及にも邁進している。今治・愛媛が人々の愛顔あふれる素敵な町になることを願って、年齢層関係なくユニバーサルな視点で様々な場所にて講演、講義、講習会、コンサートなど、自由奔放にプレゼンテーションし愛を伝えている。

【資格】理学療法士、ケアマネジャー、福祉住環境コーディネーター2級、障害者スポーツ指導員、卓球初段、卓球療法士インストラクター

【講師】今治看護専門学校リハビリテーション看護講師、今治明德高等学校総合コーススポーツ・リハビリ系列講師、サン・アビリティーズ今治、障がい者卓球教室講師、今治市民のまつり「おんまく」公認踊り講師

【申込欄】 締め切り 7月31日(金)必着 TEL:089-913-6339 FAX:089-915-1421

フリガナ		性別	健康状態
氏名		男・女	良好・普通
住所	〒 - - (電話番号 - - ) (携帯番号 - - )		
生年月日	昭和 年 月 日 ( 歳)		
社会貢献の意思確認	サイクリングイベントに関する「就労」や「ボランティア活動」に参加の意思はありますか 下記のうち参加意思があるもの(番号)に○をつけてください 1.就労・ボランティア活動の両方 2.就労のみ 3.ボランティア活動のみ		
現在の状況	1.求職活動中 2.就業中 3.無職 4.その他( )		

### 【確認事項】

- ・郵送またはFAXで申込まれた方へは担当者より受付完了のお電話をいたします。お申込み後土日祝を除き5日以上経っても連絡がない場合お手数ですが☎089-913-6339(担当:福川)までお電話ください。お電話での確認が取れない場合受講していただけない可能性がございます。ご了承ください。
  - ・参加が決定された方へは7/31(金)の締め切り日以降に参加決定通知書類を郵送いたします。
  - ・全8回のグループレッスンとなっております。参加が決定された方ではできる限り毎回のご参加をお願いいたします。
  - ・個人情報当協議会事業にのみ使用し、その他の目的では使用いたしません。
- 以上のことにご同意のうえ、お申込みください。