

祝 20 周年 「令和7年度おたっしや教室・いきいきサポ ーター活動発表会 & 交流会」を開催します

おたっしや教室・いきいきサポーター活動発表会 & 交流会も今年で20周年を迎えることができました。今年は20周年を記念し、湯澤かよこさんをゲストに迎え、介護予防活動を行う元気な高齢者約150名が参加します。各教室の高齢者が工夫をこらした衣装で音楽に合わせた体操を発表します。



■湯澤かよこさんをゲストに迎えます

10年前に10周年を記念して伊那市出身の歌手湯澤かよこさんにオリジナルソング「このまちいいな」を作成していただき、オリジナル体操を考案しました。今年はミニミニコンサートと湯澤かよこさんの歌唱にあわせて会場全員で体操します。

1 日時

令和7年9月30日(火) 午後1時30分～3時30分

2 会場

高遠町総合福祉センター やますそ 3階 大会議室

(伊那市高遠町西高遠1644)

3 その他

駐車場が限られますので、乗り合わせや公共交通機関等でお越しください

4 添付資料 ☐ 有 ☒ 無

[本件に関するお問い合わせ先](#)

祝 20 周年 記念大会

令和 7 年度 高遠町・長谷地区

おたっしや教室・いきいきサポーター

活動発表会 & 交流会

伊那市では高齢者の健康づくりを目的に、いきいきサポーター活動や各地区でおたっしや教室(介護予防教室)を自主的に行っています。日ごろの活動成果の発表会を下記日程で行います。

平成 18 年度から高遠町地区で始まった、この発表会・交流会も、今年で 20 周年の節目となります。今年は記念大会として歌手の湯澤かよさんにもお越しいただき、歌に合わせて皆で一緒に体操をします。

地域の皆さまもぜひお出かけいただき、一緒に楽しみましょう!



◇ 日 時 令和 7 年 9 月 30 日 (火)

午後 1 時30分 ~ 3時30分頃

(受付開始 午後 1 時から)



◇ 場 所 高遠町総合福祉センター やますそ 3階大会議室

◇ プログラム 裏面をご覧ください

★駐車場は限られますので、やますそ第2駐車場(旧高遠町総合支所跡)と、高遠町総合支所駐車場をご利用ください。



☆フログラム☆

【開 会 式】 午後1時30分～

開会のあいさつ

講師紹介

★20周年記念 ミニミニコンサート……湯澤かよこさん



【活動発表会・交流会】 午後1時40分～

- 1 「筋力つくつく体操」……令和7年度いきいきサポーター養成講座修了生
- 2 氷川きよし「白雲の城」……あすなろ教室（上山美希子先生）
- 3 「パプリカ」……スマイル（前田香織先生）
- 4 「木綿のハンカチーフ」……栃の木健康クラブ（金澤さゆり先生）
- 5 「切手のないおくりもの」……下山田おたっしや教室（前田香織先生）
- 6 「太陽がくれた季節」……いきいきサポーター伊那（倉澤美智恵先生）
- 7 「信濃の国」 湯澤かよこさんの歌唱に合わせて皆で体操を行います（倉澤美智恵先生）

～休 憩～

- 8 「年下の男の子」……長藤北部おたっしや教室（倉澤美智恵先生）
- 9 「世界にひとつだけの花」……上山田おたっしや教室（倉澤美智恵先生）
- 10 「会津磐梯山」……長藤南部おたっしや教室（大槻和恵先生）
- 11 「サザエさん」……つくしの会（倉澤美智恵先生）
- 12 「学園天国」……いきいきサポーター高遠（宮下貴江先生）
- 13 「このまちいいな」 湯澤かよこさんの歌唱に合わせて皆で体操を行います（宮下貴江先生）

【閉 会 式】 午後3時30分終了予定

問合せ先
高遠町総合支所 市民福祉課
☎ 94-3696

教室に参加していない方でも見学、参加
ができます。ぜひお越しください。
水分補給の飲み物をお持ちください！

