

第8回伊那地区介護予防自主グループ 交流発表会 「いきいきフェス」開催

伊那市内にある約50の介護予防自主グループのうち、伊那地区のいきいきサポーター（伊那市が養成している介護予防推進員）が支援をしている10グループといきいきサポーターが日頃おこなっている体操を発表します。

1 日 時

令和7年11月14日(金) 午後1時～午後3時30分

2 会 場

いなっせ6階 ニシザワいなっせホール

3 内 容

介護予防自主グループ10教室といきいきサポーター伊那・高遠の参加者による体操発表

（各グループそれぞれの曲に合わせた体操を発表します。伊那地区で唯一の男性のみの自主グループ『男性筋トレ教室』は、近年、行進のスタイルを取り入れた振付けで会場を沸かせています。）

4 添付資料 有 無

本件に関するお問い合わせ先



長野県伊那市 健康福祉部 福祉相談課 介護予防係
(課長) 城倉 (担当) 酒井・久保田
電話: 0265-78-4111 (内線) 2359
FAX: 0265-78-5101

第8回 伊那地区介護予防自主グループ交流発表会

～いきいきフェス～

令和7年11月14日（金） 午後1時～3時30分（開場 12時30分）

いなっせ6階 ニシザワいなっせホール

プログラム

＜開会式＞ あいさつ（飯島安子 実行委員長）

来賓紹介

来賓あいさつ（三澤豊 健康福祉部長）

＜活動発表＞

★オープニング・・・・・・・・・・・・・・「このまちいいな」

- | | | |
|---------------|----------------------------|----------|
| 1 川北すみれ会 | ・・・・・・・・・・・・・・「てんとう虫のサンバ」 | (原泰・大野田) |
| 2 渡場筋トレ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「丘を越えて」 | (飯島安) |
| 3 下村元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「日本道中いただきます」 | (北原美・牧田) |
| 4 富県元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「365歩のマーチ」 | (小林・酒井林) |
| 5 東春近元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「きよしのズンドコ節」 | (横内・牧田) |
| 6 いきいきサポーター高遠 | ・・・・・・・・・・・・・・「学園天国」 | |

～休憩（10分）～

- | | | |
|-----------------|--------------------------------------|----------|
| 7 いきいきサポーター伊那 | ・・・・・・・・・・・・・・「太陽がくれた季節」 | |
| 8 下小出元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「ダンシング・ヒーロー」 | (小澤・池上) |
| 9 境元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「銀座カンカン娘」 | (加藤・唐澤) |
| 10 城南町いきいき体操クラブ | ・・・・・・・・・・・・・・「サザエさん」 | (横内・酒井林) |
| 11 元気アップクラブやまでら | ・・・・・・・・・・・・・・「大空と大地の中で」(加藤・布留川・溝上洋) | |
| 12 男性筋トレ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「まつり」 | (湯川・飯島安) |
| 13 いきいきサポーター伊那 | ・・・・・・・・・・・・・・「愛燐燐」 | |

＜閉会式＞ 講評（城倉哲哉 福祉相談課長）

第8回 伊那地区介護予防自主グループ交流発表会

～いきいきフェス～

令和7年11月14日（金） 午後1時～3時30分（開場 12時30分）

いなっせ6階 ニシザワいなっせホール

プログラム

＜開会式＞ あいさつ（飯島安子 実行委員長）

来賓紹介

来賓あいさつ（三澤豊 健康福祉部長）

＜活動発表＞

★オープニング・・・・・・・・・・・・・・「このまちいいな」

- | | | |
|---------------|----------------------------|----------|
| 1 川北すみれ会 | ・・・・・・・・・・・・・・「てんとう虫のサンバ」 | (原泰・大野田) |
| 2 渡場筋トレ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「丘を越えて」 | (飯島安) |
| 3 下村元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「日本道中いただきます」 | (北原美・牧田) |
| 4 富県元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「365歩のマーチ」 | (小林・酒井林) |
| 5 東春近元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「きよしのズンドコ節」 | (横内・牧田) |
| 6 いきいきサポーター高遠 | ・・・・・・・・・・・・・・「学園天国」 | |

～休憩（10分）～

- | | | |
|-----------------|--------------------------------------|----------|
| 7 いきいきサポーター伊那 | ・・・・・・・・・・・・・・「太陽がくれた季節」 | |
| 8 下小出元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「ダンシング・ヒーロー」 | (小澤・池上) |
| 9 境元気アップ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「銀座カンカン娘」 | (加藤・唐澤) |
| 10 城南町いきいき体操クラブ | ・・・・・・・・・・・・・・「サザエさん」 | (横内・酒井林) |
| 11 元気アップクラブやまでら | ・・・・・・・・・・・・・・「大空と大地の中で」(加藤・布留川・溝上洋) | |
| 12 男性筋トレ教室 | ・・・・・・・・・・・・・・「まつり」 | (湯川・飯島安) |
| 13 いきいきサポーター伊那 | ・・・・・・・・・・・・・・「愛燐燐」 | |

＜閉会式＞ 講評（城倉哲哉 福祉相談課長）