



担当課	健康増進課
連絡先	079-443-3936

タイトル	すずらんの会 25周年記念事業 共に考えよう！介護するとき、されるとき
開催日時	令和8年2月1日(日) 13時～16時(受付開始12時30分)
開催場所	高砂市文化会館 ぼっくりんホール
概要 (内容)	<p>高砂市支えあう介護者の会 すずらんの会 25周年を記念して、「共に考えよう！介護するとき、されるとき」をテーマに、式典と講演会を実施します。</p> <p>講演会では、YouTubeなどのSNSで大人気の、大人のための体操のお兄さん”ごぼう先生”をお招きして、実際に体を動かしながら楽しく講話を聴く、参加型の講演を行います。</p> <p>15年ぶりの記念イベントになります。</p> <p>〈対象者〉 誰でも参加可能(介護の有無も問いません)</p> <p>〈内容〉 第1部 式典 13時～ ・すずらんの会 25年のあゆみ ・介護体験談 第2部 講演会 14時～ 「ずっと元気な心と体のつくりかた！」 講師:ごぼう先生(株式会社GOBOU 体表取締役 築瀬 寛氏)</p> <p>〈参加費〉 無料</p> <p>〈お申込み〉 Web(https://logoform.jp/form/GdUU/1249376)か 電話で「高砂市健康増進課(すずらんの会事務局)」まで Tel 079-443-3936</p> 
主催	高砂市支えあう介護者の会 すずらんの会

<p>担当からの アピールコメント</p>	<p>介護をしている者同士がお互いの悩みや体験を話し合い、心身ともにリフレッシュして、介護を前向きに考えていく場として発足した、高砂市支えあう介護者の会 すずらんの会が、25 周年を迎えます。介護の有無に関わらず、介護される側にならないように、毎月楽しい行事を実施し、健康づくりにも取り組んでいます。</p> <p>介護に関係ある人も、ない人もご参加いただき、ごぼう先生と一緒に体を動かし、楽しい時間を過ごしていただける記念イベントです。</p> <p>メンバーのみなさんの思いの詰まった、役立つ記念品のプレゼントもあります。</p>
<p>市ホームページ</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 掲載あり (ID: 9171)</p> <p>掲載予定</p> <p>なし</p>
<p>添付資料</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> あり (イベントチラシ)</p> <p>なし</p>

高砂市支え合う介護者の会

すずらんの会25周年記念事業

共に考えよう!

介護するとき、されるとき

日時：令和8年2月1日(日)

13:00~16:00

場所：高砂市文化会館 ぼっくりんホール

YouTubeで話題の
”大人のための
体操のお兄さん”!

第1部 式典 13:00~

- すずらんの会25年のあゆみ
- 介護体験談

第2部 講演会 14:00~

講師：ごぼう先生

やなせ ひろし
(株式会社GOBOU 代表取締役 築瀬 寛)

参加費
無料
[要申込]

「ずっと元気な心と体のつくりかた！」

【申し込み・お問い合わせ】

すずらんの会事務局（高砂市役所健康増進課内）

TEL 079-443-3936

主催：すずらんの会

後援：高砂市、高砂市社会福祉協議会

電子での
申し込みはこちら

