

令和5年10月27日
北九州市保健福祉局

報道機関各位



北九州市オリジナルの介護予防体操
「ひまわり^{タイチー}太極拳・きたきゅう体操共演会」
を開催します！

北九州市オリジナルの介護予防体操(ひまわり太極拳・きたきゅう体操)の自主グループがリバーウォーク北九州に集結！様々なアレンジや工夫を凝らした各グループ独自の発表をお楽しみいただけます。

是非、当日の取材をお願いいたします。

記

- 1 日時 令和5年11月3日(金・祝) 13:00~15:20
- 2 場所 リバーウォーク北九州 ミスティックコート(雨天時:エナジーコート)
(北九州市小倉北区室町1-1-1)
- 3 発表者 ひまわり太極拳・きたきゅう体操自主グループ 9グループ 約70名
- 4 スケジュール
13:00 開会式
13:10 第一部発表(5グループ)
14:00 休憩
14:20 第二部発表(4グループ)
15:00 介護予防啓発・体験コーナー
15:20 閉会
- 5 実施機関 福岡県作業療法協会(百万人の介護予防事務局)に委託



〔参考〕

○ひまわり太極拳

北九州市オリジナルの12の型から成る介護予防太極拳。太極拳の特性・風格を活かしながらも、ストレッチやつま先を上げる動きなどを中心に全身の筋力アップや介護予防に役立つ動きを取り入れている。

○きたきゅう体操

リハビリテーション専門家の助言のもと開発された北九州市オリジナルの20の体操から成る介護予防体操。誰もが気軽に取り組み、日常生活に必要な筋力やバランス力アップなどが図れる。

【問い合わせ先】

保健福祉局 認知症支援・介護予防センター
担当：諸富（もろとみ）・仲山（なかやま）
連絡先：093-522-8765