

# 令和8年度 女性限定イベントを開催しました

令和8年10月7日（水）午後1時30分からキラエ草津において、草津市在住の60歳以上の女性の方を対象に、女性限定イベントを開催し17名の参加がありました。

「足元からフレイル予防セミナー」と「お仕事説明会」の2部構成で行った他、会員が講師を務める独自事業の「三味線教室 竜扇会」が黒田節を演奏しました。

## 足元からフレイル予防セミナー



訪問ケア美容 結縁の福井様を講師としてお迎えいたしました。

足に関する基礎知識や、足指じゃんけん等楽しみながらできる体操を教えてくださいました。

また、フットスタンプを用いて参加者の足の状況を可視化、お帰りの際に重心がどこに偏っているかなど講師のコメント入り用紙をお渡ししました。

## お仕事説明会



当センターの職員と会員から、シルバー人材センターの紹介を行いました。会員5名からの入会のきっかけや仕事内容等の具体的な話に、参加者は興味深そうに耳を傾けられていました。

後日、2名の方が入会されました。

公益社団法人草津市シルバー人材センター  
〒525-0005 滋賀県草津市志那町2554番地1

TEL : 568-8881 FAX : 568-8883