

令和 8 年 9 月 25 日

「きらり☆脳力 UP プログラム」 LINE 配信スタート！

認知機能維持とフレイル予防のための体操動画などを、10 月 1 日から市 LINE 公式アカウントで定期配信します。

1 配信開始日 令和 8 年 10 月 1 日（木）

2 配 信 元 長野市 LINE 公式アカウント



3 配信内容

「きらり☆脳力 UP プログラム」

- ・初級、中級、上級などの体操動画
 - ・記憶力アップや言語力アップなどの脳トレコンテンツ
- （計 22 個を配信予定）

4 特 典

LINE 配信登録後、配信されるコンテンツを 1 つ実施するごとに、「やったねポイント」が 1 ポイント貯まります。

22 ポイント獲得後、長野市と包括連携協定を結ぶ企業からのプレゼントが当たる抽選に応募することができます。



保健福祉部地域包括ケア推進課

（課長）戸谷 昌秀

（担当）富岡、青木、鷺野

TEL：026-224-7873

FAX：026-224-8574

E-mail：houkatsucare@city.nagano.lg.jp