転倒骨折予防プロジェクト

いきいきわくわく教室

健康で素敵な毎日を！

まなべる！
つながる！
もっと健康！

参加無料

2023年 1月12日(木)

9:30 >>>>12:30

開催場所：蓮沼交流センター

＜対象＞
蓮沼支部地域

主催：ゴールドクラブ連合会

時　間	内　容
9:30～9:45	開　会　　趣旨説明と各参加団体の紹介
＜入れ替わり制＞ ①9:45～10:45 ②11:00～12:00	講演：『転倒骨折から骨を守ろう！』 講師：さんむ医療センター　理学療法士　相内　先生
9:45～12:25 ※講演会を聞くグループが２つに分かれます。講演会の時間以外は、レクレーションを行います。	レクリエーション（いきわく部会） ◆ビーンボーリング ◆室内ペタンク レクレーション待機者向けコーナー ＜各ブース＞　参加団体 ◆千葉薬品（ヤックスドラッグ）：健康チェック 体組成測定（体脂肪・筋肉量・基礎代謝）骨密度測定 ◆社会福祉協議会：手作り品販売 ◆図書館：しおりづくり体験 ◆シルバー人材センター：小物販売、健康チェック （視覚検査、握力検査など）
12:25～12:30	閉　会

景品もあるよ！

【参加団体】千葉薬品（ヤックスドラッグ）、成東図書館、シルバー人材センター、福祉作業所
※コロナウイルス感染症の状況により、延期・中止・一部内容変更になる場合がございます。

問い合せ先
山武市ゴールドクラブ連合会（山武市社会福祉協議会 内）
0475-82-7102　　担当：須田・伊藤