

転倒骨折予防プロジェクト

生涯元氣でご活躍!

参加  
無料

# いきいきわくわく 教室

2023年  
8月10日(木)

9:30 >>>> 12:30

開催場所: 成東文化会館

もっと健康!

つながる!  
みんなの笑顔

主催: ゴールドクラブ連合会

## 内 容

開 会 趣旨説明と各参加団体の紹介

講演: 『転倒骨折から骨を守ろう!』

講師: さんむ医療センター 骨粗鬆症リエゾンサービス委員会

看護師 相葉 香実氏 管理栄養士 盛 晃彦氏 理学療法士 篠崎 一弥氏

休 憩

レクリエーション・ブース

- ◆ビーンボーリング (いきわく部会)
- ◆室内ペタンク (いきわく部会)
- ◆体組成測定 (体脂肪・筋肉量・基礎代謝)・骨強度測定 (千葉薬品ヤックスドラッグ)
- ◆健康相談コーナー (血压チェック、フレイル相談) (保健師など)
- ◆健康チェック (握力測定など)、小物販売 (シルバー人材センター)
- ◆手作り品販売 (福祉作業所)
- ◆補聴器の相談 (ベルスズキ)
- ◆本の紹介、しおりづくり体験 (図書館)

みんなでいっしょ!!



閉 会

【参加団体】 社会福祉協議会、千葉薬品、山武市高齢者福祉課、シルバー人材センター、福祉作業所、ベルスズキ、成東図書館

問い合わせ先

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・渡辺