

生涯元気で活躍!

参加
無料

2024年
10月9日 水

9:30 >>>> 12:30

開催場所: さんぶの森中央会館

いきいきわくわく 教室

もっと健康!

つながる...
まなぶ...!

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: 『みんなで延ばそう健康寿命』

講師: 季美の森リハビリテーション病院

理学療法士 川村 雄輔 氏

休 憩

レクリエーション・ブース

- ◆ピンボーリング (いきわく部会)
- ◆ボッチャ (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 (血圧チェック、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・貸出 (図書館)

<持ち物>
上履き

レクリエーションも
ありますよ!

BOCCIA



閉 会

【参加団体】社会福祉協議会、千葉薬品、山武市高齢者支援課、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・佐久間