

生涯元気で活躍!

いきいきわくわく 教室

参加
無料

もっと健康!

つながる!

まはる!

【持ち物】
上履き

健康講座

◆講演 『骨を強く、動ける体をいつまでも』

◆講師 さんむ医療センター

診療放射線技師 並木 道貴 氏 理学療法士 相内 一成 氏
薬剤師 櫻田 洋介 氏

いきいきわくわくコーナー

体組成・骨密度測定

ヤックスドラッグ
(株式会社千葉薬品)

- ◆体脂肪
- ◆筋肉量
- ◆基礎代謝
- ◆骨密度



栄養相談コーナー

管理栄養士

- ◆血圧チェック
- ◆フレイル相談



健康チェック

シルバー人材センター

- ◆視力・握力測定
- ◆小物販売



補聴器の相談コーナー

認定補聴器技能者
ベルスズキ

- ◆補聴器の相談



手作り品販売

福祉作業所

- ◆手作りの商品の販売



健康と生きがいがづくり 応援コーナー

生活支援コーディネーター

- ◆通い・集い・交流の場の紹介
- ◆生きがいがづくり相談

レクリエーション

ゴールドクラブ
いきわく部会

- ◆ビーンボーリング
- ◆ポッチャ



本の貸出・紹介

図書館

- ◆本の貸出
- ◆本の紹介



【参加団体】 ゴールドクラブ連合会、ヤックスドラッグ(株式会社千葉薬品)、山武市高齢者支援課、シルバー人材センター、ベルスズキ、福祉作業所、成東図書館、社会福祉協議会

問合せ先

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・宮崎