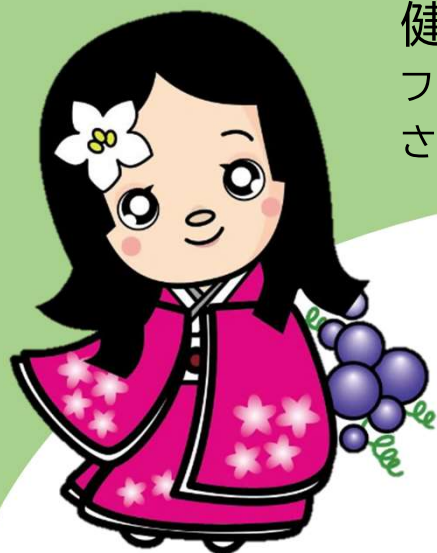




健康長寿への道、今日から一歩ずつ
フレイルって知ってる？
さあ、みんなで一緒に「フレイル予防」をはじめよう！

平池上 地区健康相談

とき

令和7年度

第3水曜日

午前9時45分～10時30分

ところ

平池台集会所

内容

健康相談(血圧測定)
ミニ講話

申し込み
不要

持ち物
健康手帳

(水分補給できるもの)

気になる講話は
忘れずに
チェック！



日にち	内容	会場
令和7年 6月18日 ※午前9時15分～	フレイルの話 フレイルチェック	平池台集会所
9月17日	栄養の話	平池台集会所
11月19日	からだの話	平池台集会所
令和8年 1月21日	お口の話	平池台集会所
3月18日	こころの話	平池台集会所

※講話に参加すると東浦町いきいきマイレージ自己ポイント（参加ポイント）
2ポイント、付与されます。

問合せ：東浦町保健センター 成人保健係
電話：0562-83-9677 FAX：0562-83-9678