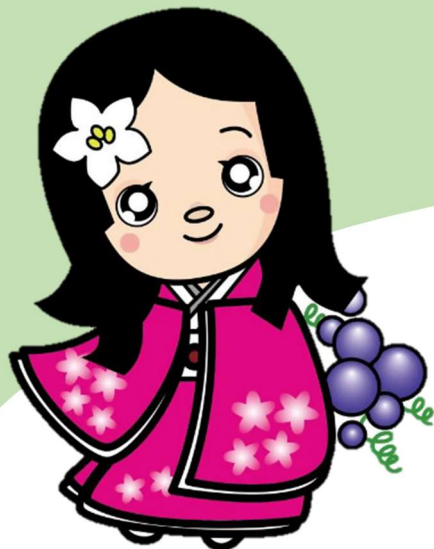




健康長寿への道、今日から一歩ずつ

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！

新田 地区健康講話

令和7年度

とき

第4月曜日
午前 10 時～11 時

申し込み
不要

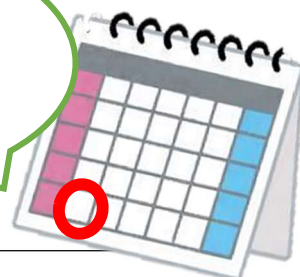
手ぶら
OK！

(水分補給できるもの)

ところ

新田老人憩の家
(★児童館遊戯室利用)

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23日 ※午前9時30分～	栄養 フレイルチェック	新田老人憩の家
9月22日	運動	★児童館遊戯室利用
11月17日	口腔	新田老人憩の家
令和8年 1月26日	運動	★児童館遊戯室利用
3月23日	体操	★児童館遊戯室利用

※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