

健康をもっと身近に！

健康増進イベントのご案内

健康チェック体験会&相談会を開催いたします！

お身体の現在の状態を知ることは、健康づくりの第1歩！
ご自身のお身体をチェックして、明日からの健康づくりに活かしましょう！

2024年（令和6年）3月1日（金）

9時30分～12時

（9時から受付開始）

場所：石川コミュニティセンター 大会議室
（藤沢市石川1丁目1-22）

参加費

無料

※事前のお申し込みは必要ありません。当日会場に直接お越しください。

※当日は動きやすい服装でお越しください。

※当日は運動体験ができますので、

室内履き、外履きを入れる袋をご持参ください。



【第1部】 9:30～10:00

◆介護や健康についてのお話

【第2部】 10:00～12:00

◆健康チェック体験会

・脳とからだの健康運動

・体組成測定、フレイルリスクチェック

・健骨度、血管年齢測定、栄養相談、お薬相談

◆相談ブースもあります（困りごと、介護など）



※内容は予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。

開催時間内でしたら、受付時間を過ぎても参加できます！
ご都合の良いお時間にお越しください。お待ちしております！

主催

六会地区ケア会議

協力

・レコードブック六会

・（公財）藤沢市保健医療財団

・（株）サンドラッグ

・（社福）藤沢市社会福祉協議会

問い合わせ

藤沢市地域共生社会推進室
六会いきいきサポートセンター

☎0466-50-3533

☎0466-80-5877