

あいわ の集い

Let's 健活!

～みんなで のぼそう!
健康寿命～

2022年 10/30 日

13:00～15:00

宝塚あいわ苑にて

(宝塚市中筋2丁目10-18)

【プログラム】

13:00 講演会 「生活習慣予防について～」

～14:00

講師：寺西恵美氏

大塚製薬（株）

関西第一支店

神戸出張所 係長

【健康コーナー】

- ・血流測定
- ・骨密度測定
- ・健康相談
- ・お薬相談

(ご希望の方は、お薬手帳をご持参ください)

あなたも
測定してみま
せんか？

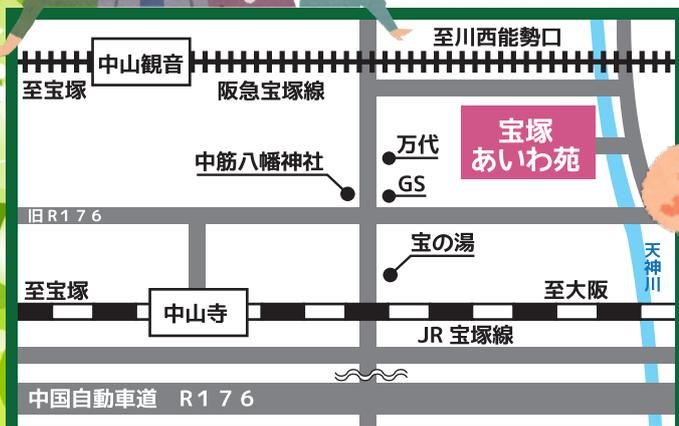
講演会と送迎希望は **事前申し込み制** です
定員は **80名** お申し込みは **0797-80-4165**
までお電話ください。月～金 (10:00～16:00)
申し込み締め切りは **10/15**

14:00 講習会

～15:00 「生き生き100歳体操&介護技術

～転倒・転落などの

機能低下予防・色々な移乗方法～」



当日は感染予防のご協力をお願いします。
◆アルコールでの手指消毒 ◆マスク着用の徹底

コロナの感染状況に応じて内容変更
をさせていただく場合がございます。

主催：社会福祉法人 愛和会 / 協力：宝塚市第5地区 5つの「る」プロジェクト・ニシイチドラッグ