



大野 ふれあい 健康まつり

とき 10月27日 日 9:00~12:00

ところ 大野小学校体育館 下校庭 上校庭

いき
いき 粋健康ライフ

～健康寿命をのばそう!～

◎フレイル測定会

身長測定、基本チェックリスト、5m歩行、握力測定
お口のフレイル測定など

*フレイル・・・加齢による心身の機能が低下した状態のことで予防することで健康に過ごせる状態に戻すことができます。



◎松江総合医療専門学校

タオル体操など

主催：大野地区社会福祉協議会

共催：松江市総合医療専門学校・大野公民館運営協議会・大野体育協会

協力：松江市健康推進課・松江市社会福祉協議会

*内容は変更になる場合がありますので、ご了承ください