あなたの地区（まち）の出張保健室

いつまでも自分の足で元気に歩きたいと思いませんか？
理学療法士と一緒に楽しく体操をしましょう!!



11月20日（金）

13:30 ▶ 15:00

無料
申込不要

場所：遊亀公民館２階　講義室２
（青沼 3-5-44）

こうふ健康アプリのポイント付与、
対象事業となります!!

内容：

①健康測定

血圧測定と**握力測定**を実施します。
健康状態を一緒に振り返りましょう！



②健康教育

リハビリの先生による
転倒予防につながる**体操**を行います♪

③健康相談

健康の相談は**保健師**に、
介護の相談は**南ほうかつ職員**にお気軽にどうぞ!

協力：南ほうかつ



☎問い合わせ先☎
甲府市地域保健課　湯田地区担当保健師　青柳（あおやぎ）（055-237-1173）