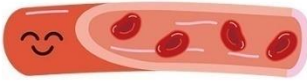


あなたの脳は
いま何歳??

《地域介護予防教室》 この事業は相模原市の委託を受けて実施しています



健康測定 & お薬相談



☆自分に合ったお薬か、日ごろの悩みを聞いてみよう☆

☆ゲーム感覚で簡単に脳年齢を測定 & 体組成測定・健骨度測定☆

日時：令和4年9月29日（木）

1部 13：00～14：30 どちらも同じ内容です

2部 15：00～16：30 好きな方に参加してください

会場：大野北第1地域包括支援センター 多目的室

対象者：おおむね65歳以上の方

参加費：無料

内容：①お薬相談：薬剤師

②低栄養講座：栄養士

③各種測定：からだ年齢測定 健骨度 脳年齢など

●からだ年齢測定…体組成測定で筋肉量や基礎代謝量など身体の中身を測定してみましよう

●健骨度測定……骨の健康度を手首の骨で測定、5段階で判定します

●脳年齢測定……1から25までの数字にタッチ！ 脳年齢をチェック！



★お薬相談希望の方★
お薬手帳をお持ち下さい

★応募者多数の場合は
抽選となります
★定員 各10名程度

お問い合わせ・お申込み

大野北第1地域包括支援センター

☎ 042(704)9551

受付時間：平日 8:30～17:15

受付期間：9月1日から9月26日まで

担当：芝原・鈴木・今枝

地域包括支援センターは相模原市の委託を受けた相談窓口です