

自分のからだの状態をチェックしてみませんか？



健康にい～にゃん 相談会

参加費無料

申込み不要

令和7年 ※お住まいの地域に関わらず参加が可能です。

10月22日(水)	10:00～12:00	保健福祉センター
10月23日(木)	10:00～12:00	志々公民館 (陽サロ)
10月28日(火)	14:00～16:00	来島交流センター
10月29日(水)	10:00～12:00	谷高齢者コミュニティセンター
10月29日(水)	14:00～16:00	赤名農村環境改善センター

【対象】

- ・飯南町に住民票のある20歳以上の方
- ・飯南町長生き体操参加者/長生き体操に興味のある方

各種測定

- ・血管年齢測定
- ・骨密度測定
- ・握力測定
- ・体組成測定
(体内筋肉量・水分量など)
- ・野菜摂取量の測定
「ベジチェック」

個別相談

- ・健康相談
- ・栄養相談
- ・介護、福祉相談
- ・福祉用具展示

からだの機能チェック

- ・長生き体操の機能評価
- ・理学療法士相談会
- ＊杖や装具の調整
- ＊膝・腰痛の予防体操指導など

来場記念として

い～にゃん
PAY
100ポイント

朝のたんぱく質摂取に
おすすめ！
さば缶



をプレゼントします！

登録済みのい～にゃんPAYカード
またはスマホアプリをご持参ください
(任意)



飯南町社会福祉
協議会

・こころのミニサロン

ちょっと休憩♪
ゲームコーナー
(公民館協議会)

※本事業は介護保険インセンティブ交付金を活用。事業実施は島根県理学療法士会へ委託しています。

問い合わせ先／飯南町保健福祉課 ☎72-1770 飯南町保健福祉課／一般社団法人 島根県理学療法士会