



今のからだ、知って納得！
健康チェック&体験会

健康にい〜にゃん 相談会

参加費無料

申込み不要

令和8年 ※お住まいの地域に関わらず参加が可能です。

10月26日(月)	14:00~16:00	保健福祉センター
10月27日(火)	14:00~16:00	来島交流センター
10月28日(水)	10:00~12:00	谷笑楽校
10月28日(水)	14:00~16:00	赤名農村環境改善センター
10月29日(木)	10:00~12:00	さつき会館(陽サロ)

【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

飯南町
社会福祉協議会



こころんのミニサロン

公民館協議会

ちょっと休憩♪
ゲームコーナー

来場記念として
プレゼント！

い〜にゃん
PAY
100ポイント



朝のたんぱく質摂取に
おすすめ！
サバ缶



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)

※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。