

【令和3年度】介護予防健診のご案内

お元気で21 健診

会場

睦地域ケアプラザ

日時

令和3年11月5日(金)
10:00~11:00

対象

おおむね65歳以上の方

費用

無料

持ち物

上履き

事前申込制

先着16人(10月11日から受付開始)

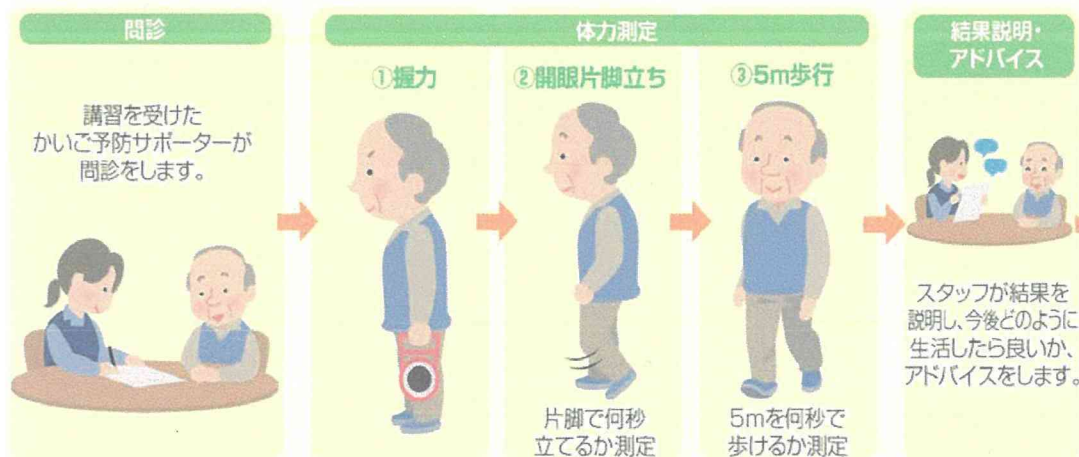
電話 341-1140



日常生活を振り返る18項目の問診と3つの体力測定を行い、運動機能や認知機能の低下などの“健康寿命※に影響するサイン”を見つけ、いきいきとした生活を続けられるよう予防の取組などをお伝えしています。

※健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活することのできる期間のことです。

お元気で21 健診の流れ 南区役所・地域包括支援センター・南区かいご予防サポーター(地域ボランティア)が実施しています



～感染症の拡大防止に配慮して実施しています！～

- ◆当日お越しになる前に体調確認を行い、発熱(37.5℃以上もしくは、平熱より1℃以上高い)、風邪症状(咳、のどの痛み等)がある場合は参加をお控えください。
- ◆マスク着用、動きやすい服装、熱中症予防のため飲み物をお持ちください。

<主催・問合せ先>

南区役所 高齢・障害支援課 高齢者支援担当 電話045(341)1140 FAX045(341)1144