

健康 フェア

介護について

お知らせ



知る・学ぶ・体験 健康の秘訣

○日時：11月30日土曜日 《受付》 9:30～11:30
9:30～12:30
○会場：西部コミュニティセンター

体験してみよう！

あなたも一緒に、介護について学びませんか？
介護予防として、脳トレ+運動を体験できます。
「知ること」で、あなたや大切な人の生活を豊かにします。

測定してみよう！

※素足になれる服装でお越しください。

○体組成

➡ 体重計のような機械に立つと…体脂肪や筋量の目安がわかります！

○足裏フォトチェック

➡ 足裏の画像で、バランスや状態を知ることができます！

○クイックキャッチ

➡ 落ちてくる光をすばやくキャッチしてください！

○脳年齢計

➡ 脳の元気度等を分析し、その日のあなたの脳年齢を判定します！



介護保険について知ろう！

「小牧地域包括支援センター ふれあい」の職員から、
介護保険制度についてのお話を聞くことができます。

ゲームを楽しもう！

大人も、楽しめるゲームとなっています！



＜問合せ先＞

保健センター 0568-75-6471
(平日) 8時30分～17時15分



SDGs
小まき

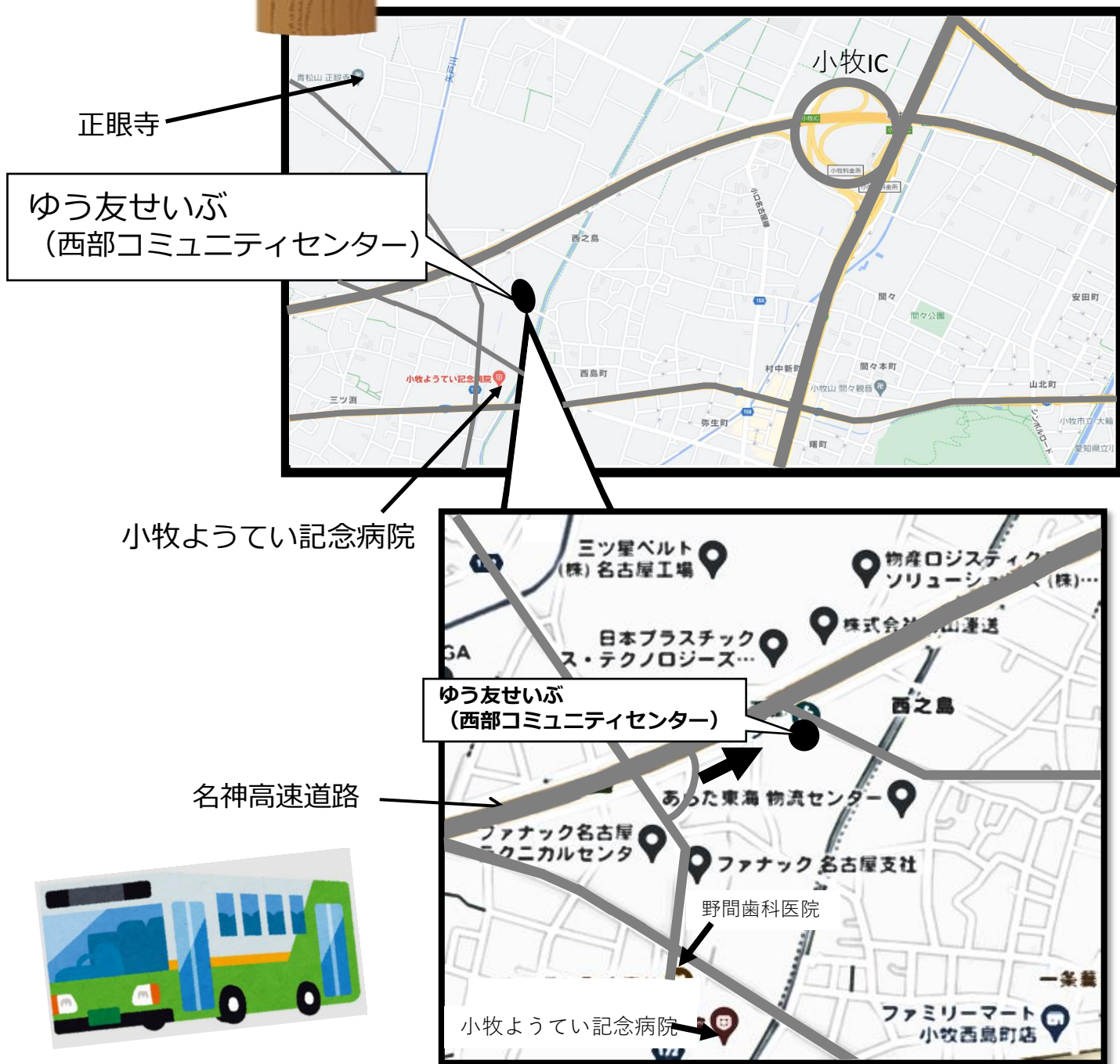


主催 巾下地区保健連絡員
小牧市保健センター
後援 巾下地区区長会

ゆう友せいぶ (西部コミュニティセンター) 交通アクセス

<住所>

小牧市大字西之島 5 2 8 番地 1



【こまき巡回バス】

河内屋方面

河内屋線：各バス停→名鉄小牧駅

名鉄小牧駅 → 小牧市民病院 → ゆう友せいぶ

※①小牧駅市役所線[小牧市民病院]にて、乗り換え必要

[H2] 三ツ渚北線または [H3] 村中線[ゆう友せいぶ]バス停下車、すぐ