

団体向け  
無料  
90分

# 出張版

# フレイルチェック 測定会

先着14団体

スタッフが皆様の活動場所に出張します！



握力



バランス



5m歩行

結果をもとに、  
保健師からアドバイス！

フレイルこばなしや運動も！



問合せ

小牧市役所 健康生きがい推進課  
☎0568-39-6568

お電話の場合 平日9:00～16:00までをお願いします

## 申込み必須条件

- ① 会場内で測定に必要な8m以上の幅を確保可能なこと
- ② 測定に必要な90分を確保可能なこと
- ③ おおよそ30名以内の団体であること  
(30名を超える場合、要相談)

※条件に当てはまらない場合や、15団体目以降のお申込みの場合、「後期高齢者の質問票」を活用したフレイルチェックのほか、保健師による講話や体操を組み合わせた内容を行います。

※3つすべての条件に当てはまる必要があります。

## 申込み方法

●実施希望日の**3か月前まで**にご予約ください。

①WEB 右の二次元コードから申請



②電話 0568-39-6568 (健康生きがい推進課)

●お申込みには、下記の情報が必要です。

- 代表者氏名
- 代表者住所
- 代表者連絡先 (電話、メール)
- 団体名
- 会場名
- 会場住所
- 希望日 (第1希望・第2希望)
- 希望時間 (所要時間は90分程度です。)
- 参加予定人数 (上限30名程度)
- 駐車可能台数

