

65歳以上の方  
限定!

いきいき  
介護予防相談会

参加無料

粗品あります

大東市地域包括支援センター  
主催

# 健康チェック 測定会

5月8日(水)  
13:30~15:00

8528(はこにわ)  
ファーム  
車椅子の方でも  
安全に参加できる  
畑があります!

場所:北条人権文化センター

大東市北条3-10-5

大東元気でまっせ体操  
の体験、介護予防の  
講話もあるよ!

## 持ち物

動きやすい服装  
タオル・飲み物  
メガネなど

骨密度チェック、  
手のひらで野菜摂取量を  
推定できるベジチェック、  
貧血チェック、簡単な体力測  
定など機器を使った  
からだ測定会を行います!

お申し込みは北条人権文化センター(072-877-6066)まで!