

◇ 介護教室のお知らせ ◇

# 「健康な体を保つ」 ～ 丈夫で元気な骨と血管をつくるには ～



**日 時**： 令和3年2月25日（木） 14：00～15：30

**場 所**： 高平生涯学習センター「研修室」

（南相馬市原町区下高平字寺前155-1 TEL 22-2302）

**内 容**： 骨粗鬆症予防、動脈硬化などの講話

- ・骨ウェーブを使用し骨のセルフチェックができます。
  - ・メディカルアライザーで血管年齢を測定ができます。
- 測定後、講師よりアドバイスもあります。

**講 師**： そうごう薬局 旭町店 薬局長 望月 雄太氏

**対象者**： 高齢者を介護されている家族の方  
教室内容に関心のある方など

**定 員**： 15名程度

**参加費**： 無 料

※事前申し込みが必要になります。



☆ 新型コロナウイルス感染症への予防対策を講じ、開催いたします ☆

◇ 申し込み先・問い合わせ先 ◇

原町東地域包括支援センター（特別養護老人ホーム福寿園内）

電話 0244-24-3390（担当：益山・川村・渡部）