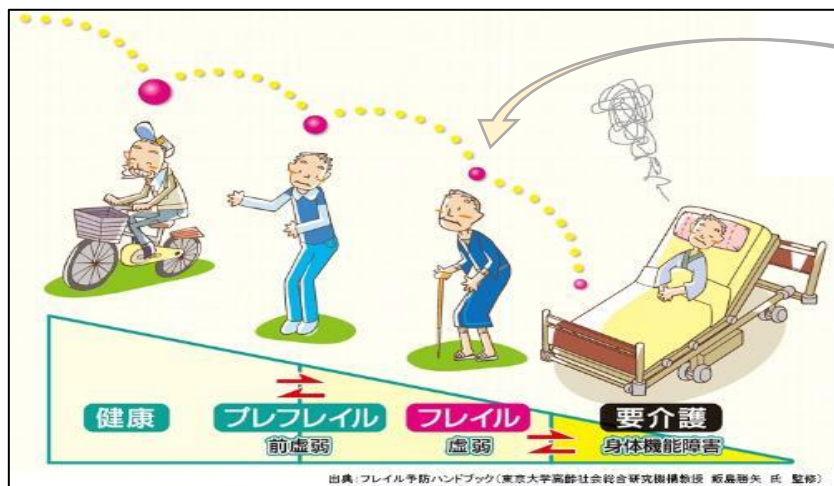


フレイル予防イベント

～in みさかの湯～



★フレイルとは？

年をとって心身の活力が

低下した状態

長く健康に過ごすために、心とからだのチェックが大切です！ぜひご参加ください♪

【日付】 令和7年11月12日(水)

【時間】 午後2時～3時の間で都合のよい時間帯
(1人約15分～20分)

【場所】 みさかふれあい交流センター「みさかの湯」

【内容】 ・フレイルサポーターによる
簡易フレイルチェック
・骨密度測定



【費用】 無料(入浴する場合は別途利用料が発生します)

※11月7日(金)までに
電話でお申込みください
(申込人数によっては、当日の
飛び入り参加も可能です)



申込・問合せ先： 笛吹市 長寿支援課 長寿支援担当 保健師 ☎055-261-1902

みさか交流ふれあいセンター「みさかの湯」 案内図

(住所: 笛吹市御坂町成田 2200)

