人いきいき 町わくわく 重話村 たきのうえ

回覧

令和８年度
＼体力測定会のお知らせ／

あなたの今の体力年齢はいくつでしょうか？
いつまでも元気でいるために！ぜひこの機会に、ご自身の体力を測定してみませんか？❀

日時：令和８年 10 月 21 日（水）

午前 11 時～正午 ***（スポーツ大会のあと）***

対象者：町内在住のおおむね 65 歳以上の方

場所：滝上町スポーツセンター

内容：転倒リスク・血管年齢の測定・握力測定

※参加費は無料、参加には事前申し込みが必要になります。

参加申込受付：令和８年 10 月 13 日（火）まで

●申込先：老人クラブ連合会事務局（滝上町社会福祉協議会）
☎0158－29－3390

講師：一般社団法人地域ウエルネス・ネット　代表理事
福岡　永告子　氏

※感染症予防のため、ご来場の際は手指の消毒にご協力いただくほか、
咳や鼻水などの症状がある方はマスクの着用をお願いいたします。

ぜひたくさんの方々のご参加お待ちしております。
問い合わせ先：滝上町保健福祉課福祉係　☎0158－29－3616（課直通）

主催：滝上町