千葉科学大学看護学部主催　まちの保健室

銚子市健康づくり課＆銚子市食生活健康推進員とのコラボ企画

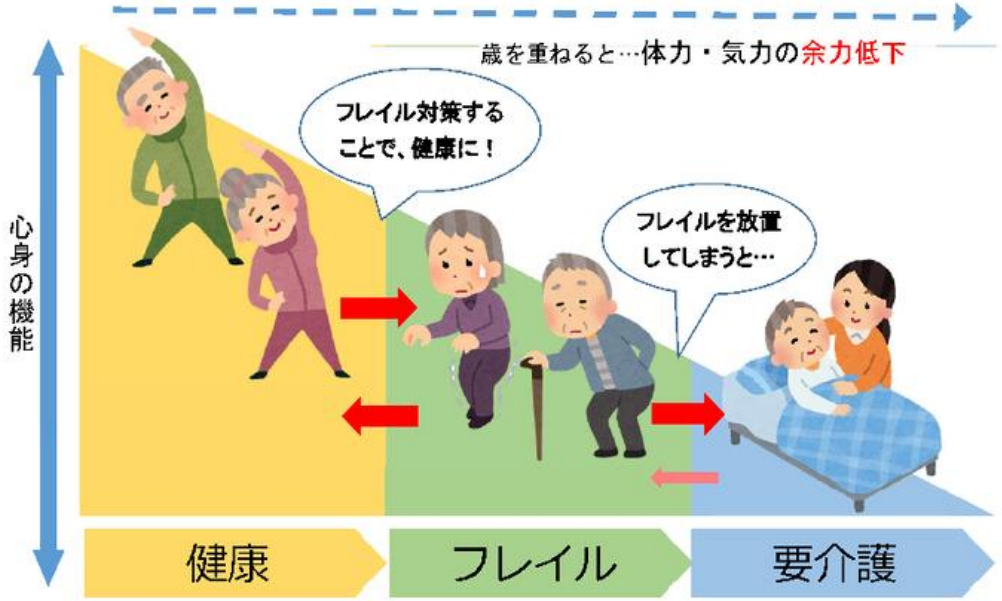
テーマ「いつまでも元気でいるために
～今から始めるフレイル予防のポイント～」

●日時　**令和８年１２月１３日（日）**
午後１時～３時

●場所　イオンモール銚子２階　しおさいプラザ

●内容　体力測定（握力測定、開眼片足立ちなど）
血圧測定・健康クイズ・フレイル予防の
パネル展示など

●申し込み不要・参加無料



問い合わせ先　千葉科学大学看護学部　高橋　090-1030-5752