

大宮いきいきセンター 健康フェスティバル



60歳以上の方を対象とした、測定会を開催します。
骨粗鬆症予防や健康増進に興味のある方や、ご自身の今の身体の状態を知りたい方など、皆様のご参加をお待ちしています。体操や脳トレもぜひご参加ください！

開催日：令和7年6月29日（日）

午前の部 9：30～12：00

午後の部 13：30～15：00

場所：大宮いきいきセンター 集会室及び共有スペース

参加費：無料

対象：市内に住所を有する60歳以上の方

内容：身長・体重・骨密度測定・血管年齢測定など

理学療法士による自宅のできる体操教室

歌って脳トレ（午前の部）

定員：午前の部 15名

午後の部 15名

申込み：6月1日（日）9：30より受付開始

事務室窓口で直接、又は電話・FAXで受付します。

※当日はスリッパ（上履き）を持参してお越しく下さい。



※骨密度測定は素足で行いますので、靴下などは脱着しやすいものをお履きください。

《お問い合わせ先》

千葉市大宮いきいきセンター

千葉市若葉区大宮台7-8-1 大宮小学校内

電話 043-265-1751

FAX 043-265-1741