

歩行年齢はいくつ?!



歩行姿勢測定会を 開催します!!

日時：令和8年1月26日（月曜日）

14:00～15:30（受付終了）

場所：明治市民センター4階ホール

内容：①歩行姿勢測定&フレイルチェック（藤沢市保健医療財団）

※歩行姿勢測定の結果に基づき専門職の説明・アドバイス

②血管年齢・体組成（筋肉量・脂肪量）の測定

（明治いきいきサポートセンター）

対象者：明治地区にお住いの65歳以上の方60名

申し込み：定員60名のため、確実に参加をご希望の方は事前に

お申込みください。当日参加も可能です！

ぜひ、「転ばない体づくり」にお役立てください！



申し込み・お問合せ：藤沢市明治地域包括支援センター

（明治いきいきサポートセンター）矢野・松本

電話：0466-35-2811