



介護予防イベント



がんじゅう 広場



開催日：2020年2/19(水)

10:00 — 12:00

場 所：イオンタウン南城 なんじいホール

参加
無料

講演・実践



誰でもできる
運動が学べるなん！

テーマ：『元気なうちから
健康づくり』

会場：なんじいホール

一部：10:15～10:45

二部：11:15～11:45

(一部・二部とも同様な内容となっています)

開場 10:00

講師：金城 智士 (健康運動指導士)



南城市社会福祉協議会、所属。
65歳以上対象の介護予防事業を
10年以上携わり、運動指導で得た
知識や経験を踏まえてお話と
運動を提供いたします。

専門職に相談しながら一緒に学べるイベントが盛りだくさん！



ロコモチェックで
ご自身の体力を知り
健康づくりに役立てよう！



看護師による血圧測定
栄養士による食事相談

健康の疑問ご相談ください！



地域が実践している
情報や介護予防事業を
知ることができます！

お問い合わせ

南城市社会福祉協議会 ☎098-917-5692 (平日 8:30 ~ 17:30)

〒901-1412 沖縄県南城市佐敷字新里1870番地