

入場無料

フレイルを知ろう！

# フレイル予防イベント

2月1日は、「フレイル」の日！

フレイルについて多くの方に知っていただくために、  
フレイル予防に関するイベントを開催いたします。

会場：市役所低層棟 1 階 市民交流スペース

## フレイル予防展示

2月2日(月)～ 2月10日(火) ※最終日は16時まで

フレイルの概要や、フレイル予防の取組について、展示にて紹介いたします。



かかみがはら

フレイル予防で  
健康長寿

## 健康マージャン体験会

マージャン経験がない方対象！

協力 明治安田

2月5日(木) 第1部:9:30～12:30  
第2部:13:30～16:30

講師 一般社団法人 日本健康麻雀協会

定員 各部20名

申込 1月26日(月)までに、①または②により申込(抽選)

① 右記二次元コードを読み取り申込専用フォーム

② 健康づくり推進課へ電話

1月29日(木)頃までに当選者にのみご連絡いたします。



## 聴覚チェック体験会

あ

2月6日(金)9:30～16:00

あなたの「聞こえ」をチェックしてみませんか。

定員 18名

申込 2月5日(木)までに、  
健康づくり推進課へ電話(先着順)

## フレイルチェック体験会

2月10日(火)10:00～16:00

15項目の記述測定と、8項目のからだ測定を実施。

申込不要。



お問合せ

各務原市健康づくり推進課



058-383-7258