

[令和3年度]介護予防健診のご案内

お元気で21健診

会場

吉野町町内会館

日時

令和3年12月3日(金)
10:00~11:30

対象

南区内在住のおおむね
65歳以上の方

費用

無料

日常生活を振り返る18項目の「問診」と、3つの「体力測定」で、運動機能や認知機能の低下などの“健康寿命”に影響するサインを早期に見つけ、具体的な介護予防の取り組みなどをお伝えしている健診です。お気軽にご参加ください。

…お元気で21健診の流れ…

南区役所・地域包括支援センター・南区かいご予防サポーター（地域ボランティア）が実施しています。

問診

体力測定

結果説明・
アドバイス



①握力 ②開眼片脚立ち ③5m歩行

～感染症の拡大防止に配慮して実施しています！～

- ◆当日お越しになる前に体調確認を行い、発熱（37.5℃以上もしくは平熱より1℃以上高い）、風邪症状（咳、のどの痛み等）がある場合は参加をお控え下さい。
- ◆マスク着用、動きやすい服装、熱中症予防のため飲み物をお持ち下さい。

問合せ先

南区役所 高齢・障害支援課高齢者支援担当

☎341-1140

浦舟地域ケアプラザ 地域包括支援センター

☎261-3315 加山・山本