

「足りていますか？野菜／血管年齢をご存知ですか？今の状態を知ってこれからの生き生き人生に備えませんか？」

現在の野菜摂取量が足りてるかどうか、血管年齢が何歳かを測定で把握していただきながら、薬剤師や管理栄養士からの簡単な説明を行います。さらに希望者にはお一人様10分程度で栄養相談やお薬等の健康相談を実施いたします。合わせて希望者にはケアマネジャーによる介護相談も行います。

日時 令和6年12月5日（木）13時30分～15時まで

- 内容**
1. 測定会（野菜摂取量と血管年齢と握力）
 2. 薬剤師・管理栄養士への相談（希望者）
※お薬手帳や検査結果をお持ちの方はご持参ください
 3. ケアマネジャーによる介護・生活相談（希望者）

場所 かわさき老人福祉センター・地域交流センター
2階ホール

参加資格 市内在住の60歳以上

定員 40名※先着順

受付方法 11月11日（月）午前9時～
11月27日（水）午後4時まで

電話または窓口にて受付

☎ 044-233-5592

その他 上履き、外履きを入れる袋、筆記用具をご用意ください

【問合せ】 かわさき老人福祉センター・地域交流センター
〒210-0026 川崎区堤根34-15

ふれあいプラザかわさき内

☎ 044-233-5592



事前
予約あり
無料