

**3月10日 (火)**

フレイル予防と体力測定会

- フレイル予防のお話
- 4種目の体力テストをします

講師：公益財団法人

体力づくり指導協会

**3月17日 (火)**

口腔ケアについて

- 口腔ケアのお話
- 予防歯科の大切さを学びましょう

講師：歯科衛生士 板川和美氏

**3月24日 (火)**

通いの場とテレビゲーム体験会

- 通いの場について
- テレビゲーム体験

講師：地域包括支援センター職員

場所：滑川市民会館コミュニティホール

(西地区公民館 研修室 (新))

時間：13:30～15:00

(3月17日のみ13:30～14:30)

お申し込み 滑川市地域包括支援センター  
滑川市寺家町104 市役所本館1階

お申し込み ☎ 076-476-9400



お電話またはWEBから  
お申込みいただけます。

[平日 8:30～17:15]

出張版!  
**健康の森  
シニア  
大学校**