

松江圏域健康長寿しまね

# 活動交流会

～健康づくりを楽しく長く続けるための  
ヒントを学ぼう～

事前  
申込制

締切  
10/9

参加  
無料



日時

令和6年**10月31日**(木) 14:00～16:00

場所

いきいきプラザ島根 4階 403研修室

対象

- ・地域の健康づくり等のグループで活動をしている方
- ・松江圏域健康長寿しまね推進会議の構成機関・団体
- ・健康づくりに関心のある方

内容

- 健康づくりグループ活動表彰
  - 健康づくりグループ活動発表  
(城北ウォーキング教室、たわらサロン)
  - 健康づくり団体 活動紹介(パネル展示等)
  - デモンストレーション
    - ・ベジチェック<sup>®</sup>(野菜摂取量(推定)の測定)
    - ・ロコモティブシンドローム立ち上がりテスト
- ※交流会終了後、体験可能です
- 意見交換



- 参加希望の方は、裏面にご記入のうえFAXまたはメール、電話でお申し込みください。

令和元年度交流会の様子



【申し込み・問合せ先】

松江圏域健康長寿しまね推進会議(事務局:松江保健所 健康増進課)  
電話(08252)23-1314 FAX(0852)21-2770  
Mail matsue-hc@pref.shimane.lg.jp

FAX 0852-21-2770

松江保健所 健康増進課 行

令和6年度

締切:10月9日(水)

松江圏域 健康長寿しまね活動推進交流会

【参加申込み】

団体名

(グループ・団体でお申し込みの場合)

\_\_\_\_\_

連絡先(電話)

\_\_\_\_\_

メールアドレス

\_\_\_\_\_

| 氏名 |
|----|
|    |
|    |
|    |
|    |
|    |
|    |

【アクセス】

