



予防で伸ばそう、わたしの健康寿命
元気なうちからフレイル予防!!

フレイル予防～骨太体操で元気に暮らそう～



講師

愛知医科大学整形外科・特任教授
骨粗鬆症・ロコモ・関節疾患センター 部長

中村 幸男 医師

日時 令和8年 6月9日 (火)
午後1時30分～3時 (午後1時開場)

申込期間 5月11日(月)～6月2日(火)

場所 守山区役所講堂 (区役所3階)

対象者 守山区在住の65歳以上の方

定員 150名 (先着予約制)

参加費 無料

持ち物 筆記用具、飲み物

軽い体操を行います。
動きやすい服装でお越し
ください。



お知らせ・注意事項など

- ①要約筆記、手話通訳が必要な場合は、ご予約の際にお申し出ください。
- ②公共交通機関でお越しください。
- ③当日、午前11時の時点で大雨警報・暴風警報が出ている場合は中止となります。

主催：守山保健センター保健予防課

申し込み：電話 (052-796-4620)

web (お申込みフォーム)



申込画面に
つながります。