

フレイル予防出張教室

フレイル予防出張教室を新川西と明碓で開催しました！



新川西集会所

10月23日(水)

自治会、健康推進委員さんのご協力のおかげで、多くの方にご参加いただきました。
地域皆で健康づくりへの取り組みを！

健やかに



フレイル講話
大分市保健所
川野保健師



明碓公民館

10月24日(木)

養成講座46期生でもある田島自治会長ご協力により開催の運びとなりました。

包括によるフレイル講話、小畑講師による体操指導と皆様に喜んでいただきました！



脚と腰
いつまでも元気で

