

あなたの身近な地域で、

ニュー

健康アップ協力隊

になろう！

(フレイル予防サポーター)

①ワンポイントアドバイス

②フレイルチェック

③握力測定

に協力してくれる方

大募集

参加無料

研修内容（全3回）

11月 **2** 日

管理栄養士による
低栄養予防

11月 **9** 日

健康運動指導士による
高齢期の
体力づくり

11月 **16** 日

歯科衛生士による
お口の健康

いずれも月曜日 14時～16時

神奈川公会堂 1号会議室（神奈川区富家町1-3）

対象者：健康づくり・介護予防に関心のある 区内在住・在勤
かつ区内で 上記の①②③に協力いただける方

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

定員：先着 20名

申し込みはこちら

健康アップ協力隊とは？



平成29年から神奈川区の体力測定会で活動されていた
フレイル予防サポーターです。活動内容をバージョンアップ！！

健康アップ協力隊の皆様もぜひ、ご参加ください！

地域の健康づくりを支える活動に、ご興味ある方お待ちしております！

