

北空知地域医療介護連携支援センター

ホームページ掲載用 社会資源・インフォーマルサービス情報

事業 サービス名称	体力アップ測定会
事業 サービス内容	<p>高齢者向けの体力測定会です。</p> <p>ご自身の現状の体力を知り、目標をもって健康づくりをはじめませんか？測定の結果は後日お知らせし、以前参加されたことのある方は前回の結果と見比べてみましょう！</p> <p>年2回開催。</p> <p>※令和3年度より高齢者元気100倍！教室にて実施。</p>
対象者 要件 負担金 手続き方法 等	<p>対象：65歳以上</p> <p>負担金：無料。</p> <p>手続き：保健福祉課まで、お電話にてお申込みください。当日の参加も可能ですが、準備の関係上できる限り事前連絡願います。</p> <p>開催日は区長発送にてお配りの「元気応援(春～冬)プログラム」をご参照いただくか、お問い合わせ先までご連絡ください。</p>
その他	<p>ご参加の際は動きやすい服装と、お飲み物をご持参ください。</p> <p>開催時間：10：00～概ね1時間半程度</p> <p>開催場所：健康福祉総合センターふれあい すこやかホール</p> <p>測定内容：握力・バランス能力・歩行能力など</p>
問合せ 申込み先	<p>お問い合わせ先～役場保健福祉課福祉グループ</p> <p>TEL：35-2120</p>
情報掲載ウェブ ページ URL	