



フレイル測定会

あなたの「活力」
どのくらい？

12月13日(金) ひる 1時～3時

国分寺社会福祉センター 2階ホール

(高松市社会福祉協議会国分寺支所)

(マルナカ国分寺店の南・国分寺中学校となり)



12月14日(土) 午前 10時～12時

コープ香西 2階ホール

21項目のチェックリストと4つの体力測定で、
(握力・ふくらはぎ周囲長・
椅子立ち上がり時間・活舌)

身体面・精神面・社会面から
あなたの心と体のフレイル度をチェックします！

講師：香川医療生協 組合員活動部 赤松看護師



お気軽にお越しください！！

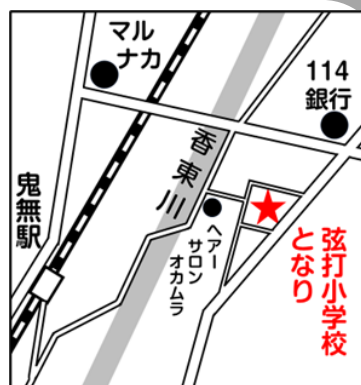


月に一度の **健康チェック**

尿チェック & 血圧・体脂肪率など…

12月4日(水) ひる2時～ **弦打コミセン**

1月9日(水) ひる2時～ **にて**



使用済みの**プルタブ** & **切手**を集めています！

ご家庭に使用済みの空き缶などのプルタブ、切手はありませんか？
提供いただいたプルタブは、高松平和病院で使用する車イスに、
切手は国際協力活動への寄付になります。



集まりましたら、下記までご連絡ください！
プルタブは、高松平和病院 1F受付でもお預かりしています！