

買い物ついでに☒健康チェック！

みつきい
☆
シニア健康
サポート事業

みつきい☆健康

みつきい☆健康アプリ
ポイント対象イベント

ミニフェスタ

10月20日(火)9:30~13:00
(受付終了 12:30)

イオン三木店 (三木市大村字砂163)

1階 催事場(エレベーター前)、フードコート前

参加費
無料



みつきい
☆
いきいき体操
のご紹介



全身の筋力
を表す握力！
測って
みましょう！

■フレイル予防に関する**健康相談**

■**握力測定**

■**骨健康度測定**(兵庫ヤクルト販売株式会社)

■「これから」を考える**人生会議**(ACP)

■みつきい☆いきいき体操のご紹介

■みつきい☆**健康アプリ**の使用サポート

試飲あり！
(数量限定)

人生100年時代！
これからの
健康づくりのために

主催：三木市 高齢福祉課介護予防係(82-2000)

連携協定企業：イオン株式会社

兵庫ヤクルト販売株式会社