



サロン風 健康教室



～ざっくばらんにお話しします！～

きたろー通信に掲載された「地域包括支援センターハピネス伝言板」の内容を、専門職がより詳しく説明します。
また、気軽に質問や相談もしていただけます！

日時 奇数月の第4木曜日 11時から（30～40分程）

場所 彦根市北老人福祉センター1階・フロアー

講師 彦根市地域包括支援センターハピネス職員

対象 彦根市内にお住いの60歳以上の方

その他 申込不要 気軽にお立ち寄りください

これまでに掲載された内容（一部紹介）

- ・熱中症改善方法
- ・塩分の摂り過ぎに注意
- ・身体を動かすことが減ってしまったら・・・
- ・脱水症を見分ける4つの方法
- ・ヒートショック
- ・オーラルフレイル
- ・成年後見制度 など



こんなことが聴きたいという内容があればリクエストしてください！

問い合わせ先

彦根市馬場一丁目5-5

彦根市北老人福祉センター

TEL/FAX 27-6701

