

令和8年2回目 市民ヘルスミーティング開催します！

予約不要！
参加無料！

中部ブロック



内容



・専門職による講話があります！

地区の課題について知り、予防方法について一緒に考えてみましょう。



・参加者の皆さんで楽しく交流しましょう！

講話を踏まえて、参加者同士で楽しくお話しして、仲間づくりをしましょう。

対象者

- ・原則65歳以上の船橋市民の方
- ・高齢者の健康づくり及び介護予防に関わる機関の方

【中部ブロック】



地区課題（地区）

	咀嚼機能リスク（高根台）
	運動器機能リスク（夏見）
	転倒リスク（高根・金杉）
	自歯19本以下（新高根・芝山）

市民ヘルスマーケティング開催日程（中部ブロック）

会場	日にち		1部 開始	講師
夏見 公民館	令和8年 11月6日	（金）	13時	船橋市立リハビリテーション病院 理学療法士
新高根 公民館	令和8年 11月17日	（火）	10時	地域保健課 歯科衛生士
高根台 公民館	令和8年 12月10日	（木）	10時	米谷歯科医院 歯科医師
金杉台武道室 （旧金杉台中）	令和9年 1月21日	（木）	13時	健康づくり課 理学療法士

※講師は、急遽変更になる可能性があります。

※高根公民館は休館中のため、金杉台武道室（金杉台1-2-18）で行います。
代替会場の詳細は、健康づくり課にお問い合わせください。

<当日の流れ>

1部 ふなばしシルバーリハビリ体操
（短縮版）



休憩



2部 市民ヘルスマーケティング



当日は2部構成で、全体で2時間程度となります。
ぜひ体操からご参加ください！

<持ち物>

- ・飲み物（水分補給用）
- ・タオル

※金杉台武道室は
追加の持ち物あり

- ・内履き（運動靴）
- ・外靴を入れる袋