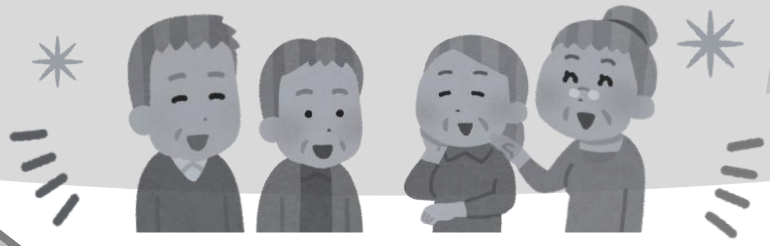
令和8年2回目
市民ヘルスミーティング開催します！

予約不要！
参加無料！



北部ブロック

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



地区課題（地区）	
	咀嚼機能リスク（豊富）
	運動器機能リスク IADL低下リスク（二和）
	閉じこもりリスク（大穴）
	自歯１９本以下（八木が谷）
	栄養改善リスク（三咲）
	認知症リスク うつリスク（松が丘）
	転倒リスク（坪井）

【お問い合わせ先】 船橋市 健康づくり課 介護予防推進係
TEL:047-409-3817

※詳細は裏面へ

市民ヘルスミーティング開催日程（北部ブロック）

会場	日にち		1部開始	講師
八木が谷公民館	令和８年11月11日	水	10時	地域保健課 歯科衛生士
松が丘公民館	令和8年12月2日	水	13時	船橋北病院 精神保健指定医
海老が作公民館	令和8年12月4日	金	13時	千葉大学予防医学センター ・社会予防医学研究部門 准教授 ・健康まちづくり共同研究部門 特任助教
北部公民館	令和8年12月7日	月	10時	船橋市立リハビリテーション病院 言語聴覚士
二和公民館	令和8年12月14日	月	13時	船橋市立リハビリテーション病院 作業療法士
小室公民館	令和8年12月18日	金	10時	船橋市立リハビリテーション病院 言語聴覚士
坪井公民館	令和8年12月22日	火	13時	船橋市立リハビリテーション病院 理学療法士
北部福祉会館	令和9年1月27日	水	13時	健康づくり課 管理栄養士

※講師は、急遽変更になる可能性があります。

※三咲公民館は休館中のため、北部福祉会館（三咲7-24-1）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　市民ヘルスミーティング



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