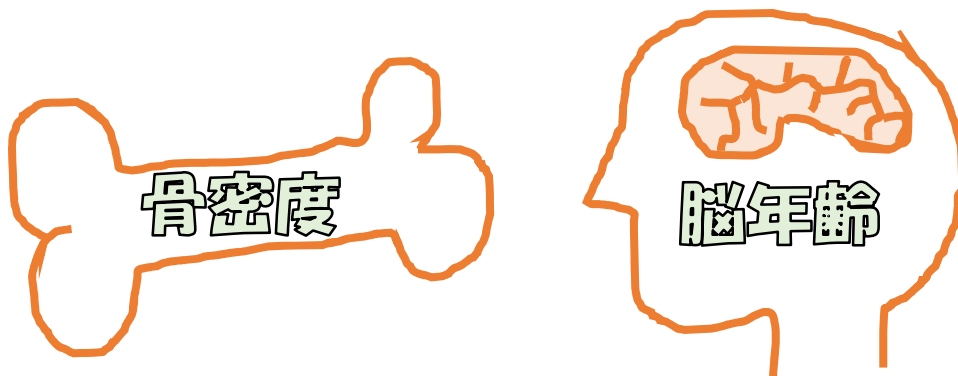


# 健康講座 ～ちょっと気になる健康寿命～

元気に自立して生きられる期間を『健康寿命』と言います。

日本は平均寿命が男女ともに 80 代と世界有数の長寿国ですが、健康寿命はなんと、それよりおおよそ 10 歳も短いそうです。

健康寿命を延ばすヒントを可児市にキャンパスがある岐阜医療科学大学の薬袋先生に楽しく、分かりやすくお話しいたします。



測定できます！

日 時：11月12日（土）10:00～11:30

場 所：久々利地区センター2階ホール

講 話：「健康寿命を延ばすために」

岐阜医療科学大学 看護部長 薬袋 淳子 先生

健診項目：骨密度、脳年齢

定 員：30名程度（先着順）

参加費：無料

申込締切：11月5日（土）