

## 内容

- 1 参加貯筋クラブ紹介・記念撮影
- 2 高知県立大学健康長寿体験型セミナー in 中土佐町  
「食から始めよう認知症予防対策」

講師：荒牧 礼子氏 高知県立大学 健康栄養学部 准教授

◎健康チェック体験コーナー

高知家  
健康パスポート  
ポイントもらえます

# H29年貯筋クラブ大交流会



## 10/12 (木)

場 所：町民交流会館  
多目的ホール

時 間：午前9時30分～  
11時30分

県立大学による

健康チェック体験コーナー 11時～



脳トレ  
間違い探し



認知症チェック  
テスト体験



ガムを使って  
噛む能力  
チェック



骨健康度測定

健康チェック体験コーナーは時間に限りがあるので  
全ての体験はできません。ご了承ください。

矢井賀・上ノ加江方面 お迎え時刻表

矢井賀漁村センター前 8:35発

小矢井賀集会所前 8:40

上ノ加江公民館前 8:55

久礼町民交流会館前 9:10着

大野見方面 お迎え時刻表

大野見保健福祉センター前 8:50発

久礼町民交流会館前 9:10着



帰りのバスはどちらも  
11:40発です。