

# 令和7年度 健康公開講座

## 「若返り大作戦」

令和8年2月21日(土)13時15分～

橋本市保健福祉センター3階 多目的ホール

入場無料:先着150名

### プログラム

- 13:15 開場 測定・掲示コーナー
- 14:30 開会挨拶 伊都医師会長 谷内まゆみ  
来賓挨拶 橋本市長 平木 哲朗
- 14:40 講演  
座長:横田英史(伊都医師会 介護保険担当理事)  
◆特殊詐欺に対する免疫力をつけよう  
橋本警察署 地域課 伊都由緒  
◆運動のススメ ~元気なうちからフレイルを予防するために~  
講師 和歌山県立医科大学 リハビリテーション医学講座  
教授 幸田 剣
- 16:10 閉会挨拶 奥野 孝(橋本・伊都 在宅医療・介護連携支援センター長)

### お問い合わせ

- ★橋本・伊都 在宅医療・介護連携支援センター  
電話 080-2520-6078(平日10時～15時 当日8時～)  
Fax 0736-33-1924
- 橋本市いきいき健康課  
電話 0736-33-3705 Fax 0736-34-1652
- かつらぎ町地域包括支援センター  
電話 0736-22-2322 Fax 0736-22-6898
- 九度山町地域包括支援センター  
電話 0736-54-2233 Fax 0736-54-9001
- 高野町地域包括支援センター  
電話 0736-56-2933 Fax 0736-56-4745

### お申し込み

締め切り2月6日15時まで  
左記お問い合わせ先へご持参・  
電話・FAXもしくはQRコードから



13:15より測定・掲示コーナー  
脳年齢・血管年齢測定・心肺蘇生体験  
ヤクルト、お口の健康に関する相談 他

自然災害等が発生した場合は急遽中止になる場合があります。  
当日は★橋本・伊都 在宅医療 介護連携支援センターにお問い合わせください。