

報道関係者 各位

令和7年8月25日
岩沼市政策部市長公室

市民の健康づくりを応援します！

カラダみるcafeスペシャル「フレイル予防大測定会」の開催

健康づくりのきっかけづくりの場として、月1回開催している「カラダみるcafé」のスペシャル版として「フレイル予防大測定会」を開催し、さまざまな健康測定、運動機能測定等を行います。

また、今年はアイフレイル予防として、アイフレイルアドバイスドクターである板橋眼科医院の板橋俊隆先生に講話いただきます。

市民が楽しみながら健康について考えるきっかけづくりの場です。

ぜひ、取材にお越しいただければと思います。

【日時】9月16日（火） 9時30分～12時30分

【場所】岩沼西コミュニティセンター

※詳細は別添のチラシをご覧ください。



【問合せ】

岩沼市 健康福祉部 健康増進課 大内

電話：0223-23-0794

メール：hokenshi@city.iwanuma.miyagi.jp

カラダみるCafeスペシャル

フレイル予防 大測定会

参加費
無料

【日時】9月16日(火) 9時30分～12時30分

【会場】西コミュニティセンター

事前申し込み
された方には
特典あり！

第1部

目の健康寿命を延ばそう
～アイフレイル予防講話～

時間 9時30分～10時30分
(受付9時15分～)

講師 板橋眼科医院
院長 板橋 俊隆 医師



「目が疲れやすい」などの症状はアイフレイル(加齢による目の衰え)のサインかもしれません。大事な「目」の健康を振り返り、目の健康寿命を延ばしましょう。

第2部

運動機能・健康測定

時間 10時30分～12時30分
(測定受付は12時まで)

✓〔身体〕
歩行速度／立ち上がり機能／握力
背筋力／体組成(筋肉量)／血管年齢
骨密度

✓〔口腔〕 ✓〔栄養〕
口腔機能 みそ汁の塩分(持参された方)
フードモデル展示



ハーブティーの試飲や
フレイル予防に役立つおやつ
の試食もあります

事前申し込みは必須ではありませんが、9月10日(水)までに申し込みされた方には特典があります。希望される方は、右記の電話または申込フォームでお申し込みください。



▲申込フォーム

健康増進課 ☎23-0794
(受付時間：平日 8時30分～17時15分)

協力 岩沼市健康づくり市民計画推進委員会(いわぬま“健幸”づくり隊)
問い合わせ 岩沼市健康福祉部健康増進課(23-0794)・介護福祉課(24-3016)