

よってこ♪ 健幸ひろば

～すこやかフェスタ 2025 同日開催～

お好きな内容にご参加ください☆参加無料

【日時】 9月26日（金） 10:00～12:00

【場所】 高槻市総合センター 14階 会議室

10:00～

あなたは大丈夫？
「特殊詐欺被害」

講師：高槻警察署
生活安全課
防犯保安係

10:20～

栄養について
「食事で腸内環境を
整えよう」

講師：ABC 薬局
管理栄養士
安原京花 氏

10:50～

笑いで元気に♪
「笑って!!エクササイズ」

講師：阿武山地域包括
支援センター
金原明美 氏

11:20～

薬について
「便秘と下痢
について学ぼう」

講師：ABC 薬局
薬剤師
山岡 諒 氏

10:00～12:00

相談コーナー

○薬剤相談・栄養相談
ABC 薬局 薬剤師
管理栄養士

○医療・介護・福祉の
総合相談
地域包括支援
センター

10:00～12:00

介護予防マイスター
（フットケア指導士）
谷口裕子氏による
足裏バランス
&足趾力測定
足爪のお悩み相談



はにたん

高槻市
マスコットキャラクター

当日は
はにたんも
やってくるよ！
健幸ポイント
つきます♪

みんなで
もてきん体操
やってみよう
介護予防
マイスター



【主催】地域包括支援センター12 か所 【問合せ】高槻市長寿介護課 072-674-7881