

介護予防をしたいけど  
人の集まる場所は苦手…

外出自粛で  
運動不足…

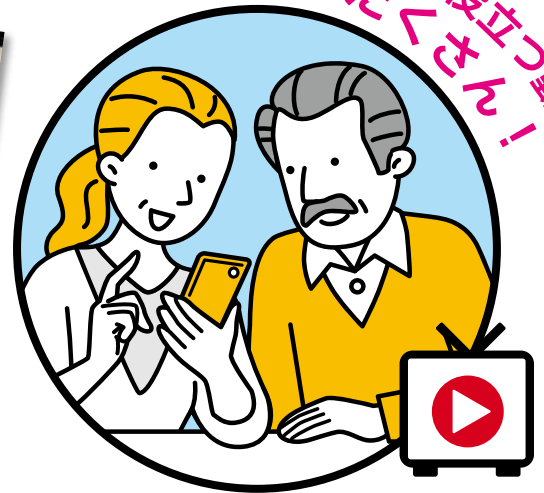
健康で長生きするためにどんな  
ことに気を付けたらいいかな？

# とんだばやし 健康サポートチャンネル

パソコンやスマートフォンを使って、自宅でもできる  
健康なからだ作りに挑戦してみませんか？



他にも、歯の磨き方や薬の正しい飲み方、  
認知症を防ぐ健康食品など、多数掲載中！



QRコードから  
簡単アクセス！



富田林 健康動画

検索

[https://www.city.tondabayashi.lg.jp/  
soshiki/26/48113.html](https://www.city.tondabayashi.lg.jp/soshiki/26/48113.html)

関高齢介護課 (内線197)



発行・富田林市 編集・市長公室都市魅力課 毎月1回発行 発行部数4万8600部  
〒584-8511大阪府富田林市常盤町1の1  
【☎0721(25)1000・FAX0721(25)9037・Eメールinfo@city.tondabayashi.lg.jp】



## 広告枠

※広告の問い合わせは、株式会社ジチタイアド [☎092(716)1401・FAX092(716)1467] へ