

参加費  
**無料**

福祉情報発信 イベントのご案内

# 2026年 ふくしの コンシェルジュ あゆみ



## 明治安田生命によるコラボ企画

ちょっと測ってみませんか？生活習慣を見直そう！

日程

**7月16日(木) 13:30~15:30**

場所

アルプラザ亀岡店 (一階フードコート横)

### 血管年齢測定会

センサーに指をのせるだけ！  
約30秒で測定できます！

### ベジチェック測定会

約30秒センサーに手をかざすだけ  
で野菜摂取量がわかります！

### 脳年齢測定会

認知症予防に向けて、  
ご自身の現在の脳年齢を測定して  
みませんか？

※当日は通常の出張相談窓口も  
同時に開設しております。



亀岡あゆみ公式TikTokもぜひご覧ください→



お問い合わせ  
お申し込み

亀岡市 篠地域包括支援センター  
(亀岡市委託事業)

☎ 0771-25-3841



【協力】 明治安田生命 / 亀岡市役所 高齢福祉課 / 社会福祉法人倣襄会 地域支援事業  
アルプラザ亀岡 / 京都府社会福祉協議会わか事業