

「歩く・見る・知る・感じる」健康づくり

令和7年度



健康チェック 参加者募集



予約不要無料

開催日時：令和7年6月14日(土)

10時～12時

受付時間：10時～11時15分

定員 30名

会場：下和泉地域ケアプラザ ボランティアルーム(受付)

項目

- ・体組成(身長・体重・筋量・BMI)・握力・血流測定・骨健康度
- ・お口の元気チェック・保健師と健康相談



ふまねつとや椅子に座って行う体操もあります

☆ 体組成測定を実施します。前回の測定データ(私の健康ファイル)お持ちの方はご持参ください。

★ マスク着用のご協力をお願いいたします。

☆ 体調のすぐれない方はご遠慮ください。

※ 予約制ではないので、受付時間内で都合のよい時間に受け付けてください。

問合せ先 ➡ 下和泉地域ケアプラザ ☎ 802-9920(徳本)

下和泉連合町内会保健部・下和泉地区社会福祉協議会 共催