

『健康チェック・健康相談会』のお知らせ

～今から始める！骨粗しょう症対策～

【日 時】 **4月12日**（水）受付：13時～15時

13日（木）受付： 9時～11時

【場 所】市保健センター（糸米二丁目6番6号）

【対 象】市民で健康づくりに関心のある方、健康診査結果についてご相談がある方など

【内 容】骨の強さ測定、体組成測定、保健師・管理栄養士による健康相談、理学療法士によるミニ講話・実技「自宅でできる骨粗しょう症を予防する運動」など

【参加費】不要

【申し込み】不要。受付時間内に会場にお越しください。

【持参物等】各種健康診査結果（お持ちの方）

【注意事項】・体組成測定をご希望の方は裸足になれる服装でお越しください。

・会場は混雑する可能性があるため、マスク着用での参加をお勧めします。

・体調の悪い方は参加をご遠慮ください。

【問い合わせ】市保健センター（TEL083-921-2666）