

保健師さんだより

健康チェック・健康相談会のお知らせ

「今から始める！筋力アップ大作戦」

【日時】 7月10日（月）

受付 13時30分～14時30分

【場所】 宮野地域交流センター1階 大会議室

【対象】 健康づくりに関心のある方、
健康診断結果について相談がある方など

【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、筋力や骨の強さを高める方法についての展示

【参加費】 不要

【申込み】 不要

受付時間内に会場にお越しください。

【持参品等】 各種健康診査結果（お持ちの方）

【注意点】

- ・ 体組成測定のご希望のある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 健康増進課

（TEL083-921-2666）