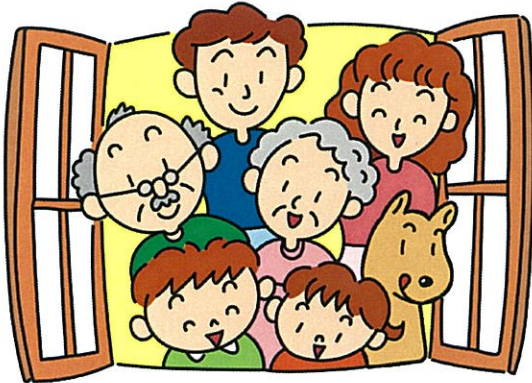


いきいき健康サポート

月の第4金曜日、午前10時～12時開設

4月25日(金)、5月23日(金)、6月27日(金)、8月22日(金)、9月26日(金)、
10月24日(金)、11月28日(金)、 但し、7月・12月はお休みです。



- 月1回の健康チェック!
- 看護師さんが健康づくりを、サポートします
- 介護保険の相談もできます
- 無料

※場 所：昭和メディカルプラザ（昭和調剤薬局、西隣）

☎080-8743-7635

美しが丘1-13-10 吉村ビル1階

場所が変わりました!

♥ 健康チェック項目

- ① 血圧 (mm/Hg)
- ② 体重
- ③ 体脂肪率 (%)
- ④ BMI (理想：22)
- ⑤ 筋肉レベル
- ⑥ 基礎代謝 (kcal/日)
- ⑦ 体組成年齢 (歳)
- ⑧ 内臓脂肪レベル
- ⑨ 皮下脂肪率 (%)
- ⑩ 骨レベル
- ⑪ バランス年齢 (歳)



主催：美しが丘地区社会福祉協議会 & たまプラーザ地域ケアプラザ
後援：昭和調剤薬局