

いきいき健康サポート

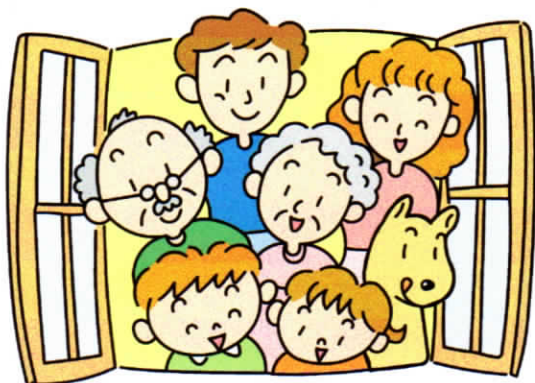
月の第4金曜日、午前10時～12時開設

受付は11時30分まで

3月27日(金)、4月24日(金)、5月22日(金)、6月26日(金)

8月28日(金)、9月25日(金)、10月23日(金)、11月27日(金)

※ 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
- チェックのあとは、楽しいおしゃべり
- 無料! 気軽にお立寄りください

※場 所：起業支援センターまちなかbizあおば
(昭和調剤薬局、西隣)

♥ 健康チェック項目

- ①血圧 (mm/Hg)
- ②体重
- ③体脂肪率 (%)
- ④BMI (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 (☎080-8743-7636)

協力：横浜たまプラーザ地域ケアプラザ

後援：昭和調剤薬局