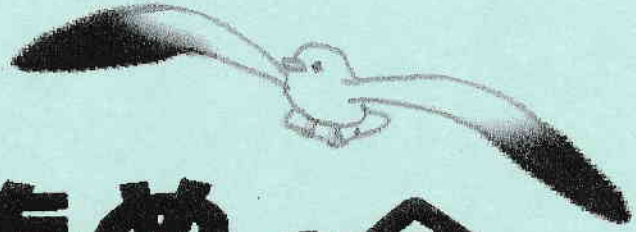


かもめの会



主催 保健活動推進員会
共催 サークルかもめ
共催 東部地区社会福祉協議会

健康管理は 大丈夫！？

春うらら・・・

思い切り身体を動かしたい季節になりましたね。

その前に・・・

ご自分の身体のチェックをしてみませんか？
当日は、BCチェッカーで血管年齢を、体組成検査
で体内年齢、推定骨量、体水分量、筋肉量を知ること
ができます。そのほか握力検査も行います。

※ 靴下は脱ぎやすいものにしてください。
軽い体操もします。動きやすい服でお出かけください。

日時 : 2016年3月10日(木) 10時～12時
場所 : 谷津坂会館



問い合わせ先
サークルかもめ代表 太田 益子 TEL 783-0278