

サロン「日吉」

なかよし



10月のご案内

担当：日吉町保健活動推進員

健康測定会

日 時：10月26日（金）13：00～15：00

場 所：日吉町公会堂

測定項目

- 血圧測定
- 体組成測定
- 開眼片足立ち
- 座位ステッピング
- 足指力
- 立ち上がりテスト
- 握力テスト



「健康測定会」は、自分自身の体の様子を知る事で日頃の健康づくりに役立てて頂きたいと願い区役所のご協力のもと開催致します。大勢のご参加をお待ちしております。

動きやすく素足になれる
服装でご参加を
お願い致します。

測定後、区役所の方より
記入用紙の読み方の
説明を受けられます。