

回覧

国母地区

ま ち

あなたの地区の 出張保健室 開催します

11月12日 水

参加
無料

場所 南西公民館 体育館

時間 11:30(国母健康体操終了後)~12:15

内容 血管年齢・握力測定
健康教育・健康相談

国母地区は糖尿病・糖尿病予備軍の方が多いです。
血管年齢を測り、自分の健康について振り返りましょう！
握力測定では全身の筋力の程度を知ることができます。
1月にも握力測定を実施するため、経過をみることもできます。
測定結果をもとに生活習慣のポイントについてもお伝えします。

※あなたの^{ま ち}地区の出張保健室のみの参加も可能です。
お気軽にお立ち寄りください！

お問い合わせ:甲府市 地域保健課 国母地区担当保健師 伊藤理咲
☎ 055-237-1173(平日 8:30~17:15)