

あなたの地区の出張保健室

お住まいの地区の身近な場所で、一緒に健康づくりをしましょう!

日時 **5月28日(木)**

10時～11時半 (受付は10時半まで)

場所 **寿宝公会堂** (寿町9-11)

協力：穴切地区食生活改善推進員会
穴切地区愛育会

測定

最近、転びやすくな
っていませんか?



そくしりよく
足趾力測定

をします。

足趾力測定は、足の指の握る力=ふんばる力を測ります。

※当日は、はだしになれるよう、ご準備ください。

教室



健康づくりのポイントをお話します。

体操の時間もあります。一緒に体を動かしましょう。

相談



保健師があなたの健康について一緒に考えます。

お気軽にご利用ください。

【お問い合わせ】

健康づくりの
ご相談をお待ちしております



みやざわ
宮澤

☎ 055-237-1173 甲府市地域保健課 穴切地区担当保健師