

【回覧】

健

康

赤松区の皆様へ
健康づくり推進員からのお知らせです

お

話

し

隊

日出町健康増進課の専門職による健康についての「測定」と「お話」があります。
測定は自分の体を知るチャンスです！
これからの健康づくりのために、ぜひ、健康のお話を聞きに来てください！

日時:令和 7 年 **8** 月 **4** 日(月)

13:30~14:30(予定)

場所:赤松公民館

内容:①**測定:ベジチェック**

(手のひらを機械にあてて野菜の推定摂取量がわかります)

血管年齢

(指を機械にあてて、指先の脈波から血管年齢を推定します)

②**お話:熱中症予防**

忘れないように、
カレンダーに書いておこう！



【問合せ先】

日出町健康増進課 健康推進係

(電話)0977-73-3130

(FAX)0977-73-2833