

【回覧】

健

康

お

話

し

隊

西区の皆様へ
健康づくり推進員からのお知らせです

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 **11** 月 **7** 日(金)

14:00~15:30(予定)

場所:西区公民館

内容:①**測定:骨密度** (かかとの骨量を推定し骨年齢等がわかります)

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)

握力・片足立ち

こついく
②**お話:骨育のお話し(骨粗しょう症予防)**

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