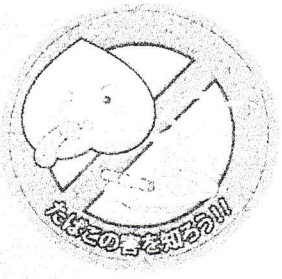
けんこう啓発パネル展示

計測コーナーのご案内

高島・旭竜けんこう21

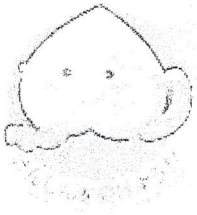
日時：11月20日（金）
9:30～11:30

場所：高島公民館ロビー



内容：

- **ベジチェック**
  （野菜の摂取レベルを
  手のひらで測定できます）
- **体組成測定**
  （素足になって計測します）
- **足指測定**
  （素足になって計測
  転倒のリスクをチェック）
- **握力測定**
  （握るだけ簡単計測）



※申し込みの必要はありません。
当日受付です。最終受付は、11時00分