

第7回 よつがね 健康フェスティバル

～健康チェックで生活習慣（食事・運動）を見直しましょう！～

参加費無料

《測定項目》

- 身長
- 体組成
- ベジチェック
- 血圧
- 血管年齢
- 骨密度
- 足指力
- 握力
- 肌年齢
- ロコモチェック
- 脳年齢
- 健康相談（先着30名）
 - ・歯科
 - ・栄養
 - ・健康



10月6日（火）

9:30～11:30開催！

場所：四絡コミュニティセンター
大ホール

《お問い合わせ》
四絡コミュニティセンター
☎21-0369
☎21-0370

主催：四絡コミュニティセンター健康増進部
共催：出雲市役所健康増進課、四絡地区健康づくり推進委員

先着100名様

健康チェックをされた方には、
具だくさん適塩みそ汁を試食
していただけます。
（食のボランティア「えがおの
会」協力）

