



健康相談を実施しています！

内容

- ・ 健診結果の解説
- ・ 予防・改善のための生活習慣（食事・運動）について
- ・ 体組成（体重、体脂肪率、筋肉量）や血圧の計測
- ・ その他健康に関する相談 等

場所

[大 飯] 保健福祉センター なごみ

[名田庄] あっとほ～むいきいき館

日時

毎週木曜日（祝日は除く） 午前9時30分～午前11時30分

日程

月	日		月	日	
4月	1日	(木)	10月	7日	(木)
	8日	(木)		14日	(木)
	15日	(木)		21日	(木)
	22日	(木)		28日	(木)
5月	6日	(木)	11月	4日	(木)
	13日	(木)		11日	(木)
	20日	(木)		18日	(木)
	27日	(木)		25日	(木)
6月	3日	(木)	12月	2日	(木)
	10日	(木)		9日	(木)
	17日	(木)		16日	(木)
	24日	(木)		23日	(木)
7月	1日	(木)	1月	6日	(木)
	8日	(木)		13日	(木)
	15日	(木)		20日	(木)
	29日	(木)		27日	(木)
8月	5日	(木)	2月	3日	(木)
	12日	(木)		10日	(木)
	19日	(木)		17日	(木)
	26日	(木)		24日	(木)
9月	2日	(木)	3月	3日	(木)
	9日	(木)		10日	(木)
	16日	(木)		17日	(木)
	30日	(木)		24日	(木)
				31日	(木)