

からだ健康チェック会

ご自身の**体力**や**健康**を**チェックしたい方**大募集！
いつもの健康診断とは違った側面から、からだの状態を確認できます。



内 容

血管年齢測定・足指力測定・握力測定・立ち上がり能力などの結果をもとに、専門職がアドバイスをします。

日 時 ・ 会 場

- ① 5月 9日 (木) 市民体育館 午後2時～4時
- ② 5月 10日 (金) 東公民館 午後2時～4時
- ③ 5月 13日 (月) 西公民館 午後2時～4時
- ④ 5月 14日 (火) 南公民館 午前10時～12時
- ⑤ 5月 15日 (水) 中央公民館 午前10時～12時

※①～⑤は全て同じ内容です。
ご都合の良い日程をお選びください。



対 象

蕨市にお住まいの65歳以上の方



定 員

各会場 25名 (抽選)

申 込

4月23日までに
お電話で希望日・会場をお伝えください。

蕨市健康長寿課地域支援係

☎ 048-433-7756

