

毎月第2金曜日開催!

**参加費無料
申込み不要**

**お好きな時間に
来てね!**

健康サロン 凛



© やなせたかし

5月8日(金) 10:30~12:00
コープ小幡 2階ホール

◆足指力・握力測定 (北医療生協さん)

足指力は裸足になって測るので、靴下など脱げるよう準備をお願いします。自分の身体のこと、測って知りましょう。

◆くらしの相談 (守山区西部いきいき支援センターさん)

「介護は必要ないけれど、日常生活に不便を感じる」などお困りごとはありませんか?健康・福祉・介護について相談できます。

◆ベジチェック(コープあいち)

手のひらをのせて20秒ほどで、推定野菜摂取量が測れます。



◆お茶とおしゃべり (民生委員)

お茶とコープのお菓子をご用意しています。
ゆっくりしていきましょうね♪



気になるところだけの参加でOK!

初めての方も、男性の方もお気軽にぜひどうぞ♪



主催：コープあいち

協力：守山区西部いきいき支援センター・北医療生協・甘軒家学区民生委員