

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

7月10日(金) 10:30~12:00
コープ小幡 2階ホール

◆骨密度測定 (北医療生協さん)

裸足で測ります。自分の身体のこと、測って知りましょう。



◆血管年齢測定・脳トレ (守山区西部いきいき支援センター)

いきいきさん特別 脳トレスタンプカード企画を開催します！
7・9・11・1月のうち3回参加して、ぜひ特典をGETしてください♪

◆ベジチェック・食生活相談(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。
食事について気になることを管理栄養士に相談できます。



◆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。
ゆっくりしてってくださいね♪

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