

毎月第2金曜日開催！

CO・OP共済連 協賛

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

9月11日(金) 10:30~12:00
コープ小幡 2階ホール

◆足趾力測定 (北医療生協さん)

足趾力とは、足の指で物をつかむ力や押す力を指し、歩行やバランス、姿勢維持に重要な役割を果たす筋力です。ぜひ測定してみましょう！



◆くらしの相談・脳トレ (守山区西部いきいき支援センターさん)

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(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。
ゆっくりしていただくださいね♪

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