

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



10月9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)

骨密度とは骨に含まれるカルシウムなどのミネラル量を測定し、骨の強さや骨粗鬆症のリスクを評価する検査です。ぜひ測定してみましょう！



◆福祉用具展示・くらしの相談 (コープあいち福祉サービス・用具名東)

「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。脳トレプリントもご用意します！

◆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♪

今回は、「**ナインタイル**」を実施！！(初です)

* 9枚のタイルを使ってお題カード通りに素早く並べる、
子供から大人まで楽しめるゲームです♪



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・廿軒家学区民生委員