CO･OP共済連 協賛

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（りん）



## 12月11日(金) 10:30~12:00
## コープ小幡　2階ホール





ビンゴで素敵な景品プレゼント！

# クリスマス ビンゴ大会

＜11:00頃開始予定＞

### ◆口腔機能検査と握力測定（北医療生協さん）

「パ」「タ」「カ」「ラ」を時間内に何回発音できるか計測して、お口の機能をチェックします。また筋力の維持向上に向けて、自分の握力がどの程度か確認してみましょう。




### ◆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（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・廿軒家学区民生委員