本を読むついでに
健康チェックしてみませんか？



知る・測る・しゃべる

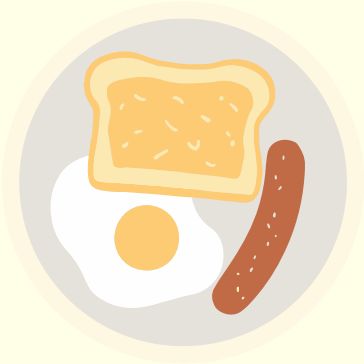
R8.12.2（水）

14:00ー16:00

ウッドワンさくらぴあ　１階市民ホール

参加無料　申込不要

知る



朝ごはんの
たんぱく質の
量をチェック！

測る



握力測定

握力は全身の筋力と
関連すると言われて
います。

しゃべる

栄養相談
健康相談
もの忘れ相談

お問い合わせ
廿日市市　地域共生社会推進室
☎0829-30-9185
【 平日　8:30-17:15　（祝日・年末年始を除く）】