

健康教室「体と心の健康づくり」を開催します！

骨密度・血管年齢測定を行います。「若さを保つ生活術」をテーマとした健康講話を行います。その他、健康についてのご相談やさまざまな体験コーナーを実施します。皆様のご参加お待ちしております。

**参加
無料**

開催日

日にち：H29年**1月27日**（金）
時間：10：00～15：00
場所：**エル・ソーラ仙台**
28F 研修室
仙台市青葉区中央1-3-1
参加費：すべて**無料**です

健康講話



テーマ：「今日からできる！
若さを保つ生活術」
保健師・管理栄養士

時間：10時30分
～11時00分

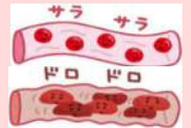
体・心の相談 食事等の相談

- ・ご自分の健康、食事などの生活習慣についてのご相談
 - ・健診結果についてのご相談 など
- （※健診結果票をお持ちください）



体験コーナー

- ・骨密度測定
（※測定は裸足で行います）
- ・血管年齢測定
- ・簡易体力測定
- ・血圧測定
- ・体脂肪測定
- ・味噌汁塩分チェック
- ・食事診断 など



<お申し込み方法>

参加をご希望される方は、下記申込書にご記入の上、FAXでお申込みください。
なお、お申し込みがなくても当日ご参加いただけます。ぜひ、お気軽にご参加ください。

<健康教室申込書>

被保険者証 記号・番号	71-	.	
お名前		電話番号	
健康講話への 参加について	<input type="checkbox"/> 参加します		<input type="checkbox"/> 参加しません