



2019

# 女性のための健康教室 骨密度測定と

無料

## かんたん体力年齢チェック

### 日程

- 9月25日 (水)  
10:00~16:30
- 9月26日 (木)  
10:00~16:30
- 9月27日 (金)  
10:00~12:00

保健師・管理栄養士が健康づくりのお手伝いをいたします。ぜひ、この機会をご活用ください。

### 内容

- ★骨密度を測定して、将来の骨粗鬆症危険度を判定
- ★かんたん体力年齢チェック  
握力測定、肺活量測定、長座体前屈など  
+ちよっぴり試食付
- ★健診アフターフォロー・個別相談 (希望の方)  
お時間は約40分を予定しています

### 完全予約制

(各時間帯5名)

- ① 10:00~② 11:00~
- ③ 13:30~④ 14:30~
- ⑤ 15:30~

素足で測定します



予約 & お問い合わせは

**082-500-7927**

★申込締切9月20日 (金)  
ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。



広島市中区基町11-13 8階  
(合人社広島紙屋町アネクス)  
つるやゴルフと同じビルです



どけんぽ

全国土木建築国民健康保険組合 広島健康支援室