

アクティブシニア 生活体力チェック in大歳



○日時 1月30日(火)

受付 13:30~15:30

○場所：大歳地域交流センター

2階 講堂

申し込み不要
料金 無料

○百歳体操紹介

体力測定(血圧・握力など)

InBody 測定

介護相談

乗って15秒で筋肉量や
体脂肪量が詳しく分かる
最新機器です。

測定してみませんか??



○問い合わせ先

山口市鴻南地域包括支援センター

☎：083-934-3333