



山口市徳地保健センター

# 12月12日(金)

受付時間 13:30-14:30

八坂分館



予約不要、料金無料

内容：足指力測定

体組成測定

保健師、管理栄養士との健康相談



山口市徳地保健センター

電話番号：0835-52-1114

足指の親指と第2指でセンサー部分を挟み、指間力を数値化します。

計測データは下肢筋力の指標として転倒予防に生かせます。

## 健康相談会

人生100年時代の健康づくり

