



年に一度は
健康チェック

共催：川和小学校コミュニティハウス

加賀原地域ケアプラザ

協力：都筑区役所・保健活動推進員

食生活等改善推進員・あやめ薬局

川和小学校コミュニティハウス 第7回健康フェスタ

★よこはま健康スタンプラリー対象事業★

令和元年10月30日(水) 13:30~15:30

会場：川和小学校コミュニティハウス1階研修室

参加費：無料

対象：どなたでも

気軽に健康チェックをして、健康の大切さを再確認しよう！

《健康チェックコーナー》

- ◆体組成計
(体脂肪・筋肉量など)
- ◆血管年齢 ◆足指力
- ◆身長測定



《加賀原地域ケアプラザ》

《相談コーナー》

- ◆「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」で認知症予防。
- ◆介護保険などの相談

《食生活等改善推進コーナー》

- ◆小松菜入りカップケーキの試食とレシピ紹介
- ◆すてきなレストラン

《講話コーナー》

- ◆薬剤師と栄養士による認知症予防について
(13:40~ 14:30~)



- * 事前申込みは不要です。
- * 素足で測定する検査もあります。
- * 正面玄関をご利用ください。

お問合せ

川和小学校コミュニティハウス
加賀原地域ケアプラザ

☎ 934-8666
☎ 944-4640