

鴻池会の看護・介護スタッフが 地域に飛び出します！

～健康寿命を延ばす
ために自分の
健康状態を簡単チェック～

こんな事します♡



看護介護フェア

1. 自分の体を知ろう！

実際に、血圧や血糖値、骨密度
血管年齢を測定し、健康状態を知ること
ができます。身長・体重も元に BMI
(肥満度)を調べることもできます。
この機会を後に、いかがでしょうか！?

2. お悩み相談 情報提供

お体のお悩みや、
困っていることサポート致します！
(お薬・かぜ予防・物忘れ・介護サービス
について・糖尿病・高血圧症の食事につ
いて・高齢者や子供が家から走り出
す事故の防止策)など。

3. 体験してみよう!!

腰痛予防や、病気を予防する
足先ケツ(爪切り)(足浴)

※ 腰痛予防体操は、
11時と14時に行います。

さんか
参加
無料
まりよう!!!
です

ご参加お待ちしております

日時 H.30.10.20(土)
午前11時～15時
場所 地域ケアセンター
プランチ及び駐車場前

連絡先:0745-64-2062

