



# 4月7日はWHO世界保健デー♪



## まちかど健康チェックへ参加しよう

まちかど健康チェックは、生協の健康づくりを地域に広げる第一歩です。  
4月7日のWHO世界保健デーに伴い、各地域で開催されている健康チェックの情報を掲載しております。

ご興味のある方、お近くにお住いの方、なたでも無料でうけることができますので、お気軽にお越しください。



### 各支部でのまちかど健康チェック開催予定

健康チェックは、健康的な身体づくりの大事な指標になります

測定無料!

	場所詳細	定例開催日・時間	3月の日程	4月の日程	実施支部
1	コープ 五日市北店	奇数月の第3金曜日 12:30~13:30	3月15日	—	八幡東支部
2	マックスバリュ 江波店	毎月第1金曜日 11:00~12:00	3月1日	4月5日	中区南支部
3	フジ 庚午店	毎月第2木曜日 10:30~11:30	3月14日	4月11日	西区西支部
4	コープ 矢野東店	奇数月の第3金曜日 10:30~11:30	3月14日	—	安芸中央支部
5	美鈴モール	毎月第2火曜日 (8月、11~3月を除く) 11:00~12:00	—	4月9日	美鈴が丘支部

※WHO世界保健デーに合わせて、近日中の開催支部のみ掲載しています。



### 測定項目のご紹介(一部)

(測定できる項目は地域により異なります。ご注意ください)

- ☆ 握力・・・ペットボトルの蓋が空きにくいなど、握力の低下が原因かも。
- ☆ 体組成・・・体脂肪率・体の年齢・筋肉率など、体のことがまるわかり。
- ☆ 足指力・・・足指の力が低下すると転倒のリスク大。予防方法もあります。  
など

#### 【健康チェックに関する応援申し込み・お問い合わせ】

広島中央保健生協 組合員活動推進課 / TEL:082-532-1264 FAX:082-532-1267

☆健康チェックにお手伝いいただける方も、探しています。お気軽にお問い合わせください。