

保健師の出張！なんでも健康相談

赤ちゃんから大人の方どなたでもお気軽にお越しください。

- ・血圧測定、体脂肪測定、握力測定
- ・赤ちゃんの体重測定 ・健康相談など



■と き 12月16日(月) 10:00~12:00
1月22日(水) 10:00~12:00

実施時間中、都合の良い時にお越しください。

■ところ 義方公民館 学習室(1階)

■予約不要・無料

■お問合せ 米子市健康対策課

23-5452 保健師ヤマサキまで



《リモート運動体験も実施中》

中継映像を見ながら体操をします。
途中参加・退場できますので、気軽にご参加ください♪

■と き 12月16日(月)10:30 ~ 12:00

■ところ 義方公民館 研修室1(2階)

■持ち物 上履き、飲み物、汗拭きタオル

■参加費 無料 予約不要

■連絡先 米子市フレイル対策推進課

23-5458

♡前後に1階で健康相談もいかがですか。