

認定看護師による

わくわく

健康教室 第6弾！

明日から生き生きからだめぐり

～あなたの血管大丈夫？～



2017年12月9日(土)

1回目13:30～ 2回目15:00～

*各回 15分前より受け付け開始 どちらの回も同じ内容となります。

聖隷佐倉市民病院 6階ホール

参加費無料、申し込み不要

講話

健康作りに関する講話



各分野の専門的知識を持つ
認定看護師があなたの健康を
サポートするイベントです。

測定

血圧・脈拍測定
血流測定



体験

太極拳(認知症予防体操)
呼吸筋強化運動
足チェック

