

健康カフェ 「おひさま」便り

健康カフェ 第1回 「おひさま」

日時 2021年 11月 27日 (土曜日)
14:00~15:00 参加費 無料

会場 みつぎ薬局

内容 ロコモ・骨粗しょう症にならないために

ロコモ体操
骨密度測定
予防の体操を
一緒に覚えよう
骨密度も骨粗しょう症にも
関係が深いのでぜひ
覚えてください

1 毎日カルシウムをエースに
ハーブティーのご用意があります!

定員 4名

お申し込みはみつぎ薬局まで!
担当: 武田・三好・佐野
Tel 03-3493-1493

11月27日土曜日に健康カフェ

”おひさま”第1回目をみつぎ薬局で

開催しました。

参加者は5名でロコモ体操や骨密

度測定、骨粗しょう症についてのお話

などを1時間ほど行いました。

和気あいあいとした雰囲気でした。

来月以降も開催予定です。

開催内容は考え中です!

ご期待ください!!

