

# ～ 女性会員交流会 ～

## 『体をうごかす交流会』を開催します

- 内容 ■インボディ測定（体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪等の計測）  
■転倒予防体操  
■座談会

※インボディ測定は裸足で測定します

日時：令和4年11月29日（火）10:00～11:30

場所：生活・保健センター

募集人数：先着20名（定員になり次第締め切ります）

持ち物：室内履き・タオル

その他：動きやすい格好でお越しください

こんな経験  
ありませんか？

あっ!!



体がむくんでいませんか？

この機会に栄養状態に問題がないか、調べてみましょう

参加費は無料です!!

参加ご希望の方は電話にてお申込みください

日野市シルバー人材センター事務局

☎042-581-8171（担当：福川）

