

図書館で

健康チェック!

自分でも気づかないうちに、体力低下が進んでいるかもしれません。
気軽にできる健康チェックで、今後の病気リスクに備えましょう!!

令和5年 9月16日(土)

10時~11時30分

《対象》 どなたでも

《会場》 北図書館 集会室

申込不要です。開催時間内にお越しください。

当日9時30分より整理券を配布します。

今回の測定項目

足指力

棒つかみ

体組成計

握力



よむニャン

※一部に、くつ下を脱いで測定する項目があります。

《参加される方へのお願い》

順番に入場いただきますのでご協力をお願いします。体調不良の場合は参加をお控えください。

名古屋市北図書館 北区志賀町4-60-31 (市バス「北図書館」下車、東へ100m)

電話 052-912-8111 FAX 052-912-8135



北医療生活協同組合 北区上飯田北町1-20-2 すまいるハートビル2階

電話 052-914-4554 FAX 052-918-0235

名古屋市北部を中心に医療・福祉事業を運営する生協法人です。
各地域に「健康づくり」「まちづくり」「子育て支援」などを行う支部があり、健康チェック、こども食堂、にじっこひろば、サロンなど地域に密着した活動を行っています。