

図書館で

健康チェック！

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、病気リスクに備えましょう!!

令和5年 12月7日(木)

10時～11時30分

《対象》 どなたでも

《会場》 楠図書館 2階 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分から整理券を配布します。

今回の測定項目：フレイル(健康と要介護の間の虚弱状態) 予防

握力

足指力

体組成

※一部に、くつ下を脱いで測定する項目があります。
着脱のしやすいくつ下でおこしてください。



名古屋市楠図書館

北区楠2丁目974番地 (市バス「楠支所」すぐ)

電話 052-903-8653 FAX 052-903-8652



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。味鋺地域ではあじま診療所(内科・小児科)を中心に歯科やデイケア・グループホーム・デイサービスを運営しており、地域では健康チェック、フードステーション、子育てひろば、サロンなど地域に密着した活動を行っています。