

# 元気 チェック



**元気ハツラツ！元気をチェック！**  
**早期発見！危険な老化のサイン**

**\* 日 時 毎月の昼食会開催日（下記参照）**

**午前 11 時～12 時（正午）**

**\* 場 所 東寺方福祉館 3階ロビー**



**\* 内 容 握力、血圧の測定、本日の測定**

**\* 以前にご参加をされ記録用紙をお持ちの方は、当日お持ちください**

**\* 事前申し込み不要**

**【お問合せ】西部地域包括支援センター（389-8850）**

**令和 元年 秋の昼食会開催予定日**

**9 月 25 日（水）**

**10 月 16 日（水）**

**11 月 13 日（水）**

**12 月 11 日（水）**