



健康セミナー

健診結果の見方

教えます！

AST	
ALT	
γ-GT	
⋮	

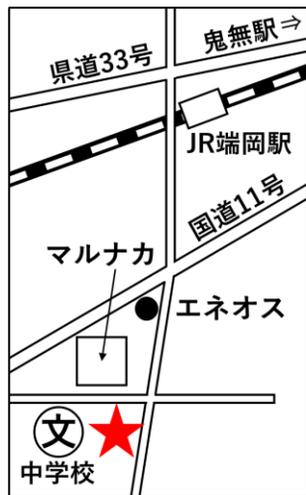
これ、何の数値？

結局、どこが悪いの？

お答えします！



当日、ご自分の健診結果の
表をお持ちください！



参加
無料

2月14日(金)

ひる1時半～ 3時終了
予定

国分寺社会福祉センター

2階 ホール

講師：高松平和病院 健康づくり課 保健師



国分寺史跡まつり 健康チェック

11月3日
(日)

70名来場！
ありがとう！



フレイル測定会

あなたの「活力」
どのくらい？

12月13日(金)

国分寺社会福祉センター

- ★椅子立ち上がり
- ★活舌（発音）
- ★ふくらはぎ周囲長
- ★握力



質問リストで
普段の生活を
確認！

参加された方には、
講師：赤松看護師から
一人ひとりのアドバイスを
お送りしています！

～また1年後もご参加ください～

暮らしの「困った」ご相談を
サークル・行事のお問い合わせ

☎ 087-833-8115

☎ 090-8975-3365

組合員活動部：大山

国分寺支部長：岡崎

