

2022年 2年生による健康講話の様子をご紹介します

11月21日（月）に、市内3か所で「地域の健康支援」の講義の一環として、地域の高齢者や住民の方々に健康講話を開催させていただきました。当日の様子をご紹介します。

コミュニティカフェ シャロムの様子

「骨を強くしよう～骨粗しょう症」について説明させていただき、皆様と一緒に骨に刺激を与える運動を行いました。当日は空知新聞社さんに取材に来ていただき、NHKのニュースでも放送されました！！



東滝川の老人クラブ 松寿会の様子

肥満予防について説明させていただき、皆様と一緒に筋力が維持できるように運動を行いました。



滝の川東地区 地域カフェ 絆の様子

肥満予防について説明させていただき、皆様と一緒に筋力が維持できるように運動を行いました。



参加していただきました皆様、本当にありがとうございました。