

「まちの保健室」 を開催しました



令和6年7月6日土曜日に、道の駅あいづ 湯川・会津坂下で今年度初の「まちの保健室」を開催しました。

30名以上の方の血圧測定、身長体重測定、握力測定を実施しました。

「握力が全身の筋力の指標になることを知らなかった。」「フレイルって何？」等のフレイルに興味を持った話も聞かれました。

「まちの保健室」では今年度もフレイル予防を進めていきます。



近くに来た時はぜひお立ち寄りください。

