

図書館

今年4回！

2024

健康サロン

八幡西区役所 保健福祉課のみなさんによる
健康チェック、相談会のご案内

8/28
(水)

11:00~14:00
1F セミナールーム

野菜、足りてる？ /
ベジチェック(野菜摂取量の測定)
体組成測定
血圧測定・健康相談

10/10
(木)

11:00~13:00
2F ロビー

減塩、できてる？ /
適塩味噌汁試飲会(先着)
塩分チェックシート・血圧測定
栄養相談・健康相談

12/5
(木)

10:00~12:00
1F セミナールーム
《 予定 》

職員さんによるミニ講話①
もの忘れプログラム
(認知機能の簡易検査)
血圧測定・健康相談

2025
2/13
(木)

10:00~12:00
1F セミナールーム
《 予定 》

職員さんによるミニ講話②
(フレイル・ヒートショックの話)
フレイルチェック
血圧測定・健康相談

図書館 健康サロン

無料 どなたでも参加！

いつもの図書館で、職員さんや保健師さんなど
だれでもお気軽に健康チェック！
個別の健康相談、介護相談も承ります

令和6年1月18日(木)
11時~15時
※ 介護相談コーナーは 13時~15時
八幡西図書館 1F セミナールーム

体組成測定
血圧測定
握力測定
健康相談
介護相談

※ 体組成測定や骨量、体脂肪率、BMIなど
※ 申込不要 随時いつでもOK!

※ 八幡西区役所 保健福祉課のみなさん
による健康チェック、相談会です。
※ 一部に料金を設定する項目が
あります。
※ 観覧にご案内しますが、タイミングに
よってはお待ちいただくこともござい
ますので予めご了承ください。

問合せ：北九州市立八幡西図書館
八幡西区岸の浦2丁目2-1
093-642-1186

一部、事前申し込みが必要なものがございます。
内容が変更になる場合もございますので、
各回個別のご案内を必ずご確認ください。

《 お問合せ 》

北九州市立八幡西図書館
北九州市八幡西区岸の浦2丁目2-1
093-642-1186