

今月の

3月17日(土)

# 健康チェックの日

体力測定（握力、5m歩行、片足立ち）  
や体組成測定を行います！  
現在の体力や体型の健康チェックができます！

看護師の健康相談も行っています！

**時間：午前9時30分～午前11時**

**場所：中村敬老館 教養室**

**対象：60歳以上の練馬区民の方**

**※申込みは不要!**

※当日は、直接会場へお越しく下さい。

※健康相談の受付は 10時30分までとなります!

