

今月の

5月19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ください。

※健康相談の受付は 10時30分までとなります！

