

6月 オレンジ カフェ



日時：06.14 土 13～17時

講師：浦添市 健康づくり課

「健康長寿のカギ

高 血 圧 &

骨粗しょう症」

当日は、浦添市の高齢者の健康状況や「高血圧」講座予定

★受付で 血圧測定します

健康運動指導士
及川 恵



↑フレイル予防体操
↓楽しく談笑



場所：名嘉村クリニック 3Fソムノホール

◎問い合わせ先

名嘉村クリニック オレンジカフェ担当 モリヤ

TEL 870-6600 (代)

LINE

@910wjpa



参加無料

【駐車場案内】



★7月 オレンジカフェ

日時：7月12日（土）13～17時

認知フレイル予防体操

「ブレパサイズ 説明&実践」 予定