

1日に必要な野菜の量350gって
どのくらい？

野菜計り



みなさん測定結果に喜んだり
ショックを受けたり・・・

血管年齢測定



た
ち
ば
な
コ
ム
ニ
キ
マ
ツ
リ

10
22

健康づくり推進員のクイズを
実施しました♪

東公民館まつり



健康相談コーナーを設けて
個別相談も実施しました^^



11

3

4年ぶりの開催！
たくさんの方にお越しいただきました

青果まつり①



野菜350gほどのくらい?
景品もゲット♪



11 / 19

**健康クイズ
腎臓はこぶし大？そらまめ大？**

青果まつり②

**ハートの風船で
CKD予防！！**

**11
19**

