

# 認知症予防&体組成測定会

ヘルスウォーキングプログラム参加者は **50** ポイント進呈

ホームセンターみつわ九頭龍店では  
月1回『認知予防教室』を開催しています

ヘルスウォーキングプログラムでは、この  
開催日にあわせて **体組成測定**を行います  
(測定時間は3分程度で、体脂肪や筋肉量などが  
わかります)



手と体を動かして **頭の体操**  
**懐メロを歌って** 心のリフレッシュ  
リズムにのって楽しく歌いながら  
一緒に健康づくりをしませんか？

ウォーキングプログラムに参加していない  
方も、どなたでも参加できます  
ぜひお気軽にお立ち寄りください

**参加無料**

## <会場>

ホームセンターみつわ  
九頭龍店 Mカフェ

## <時間>

▼認知予防教室(約30分間)

**14:00~14:30**

担当:みつわスタッフ  
玉川仁子さん

▼体組成測定(時間中、随時測定)

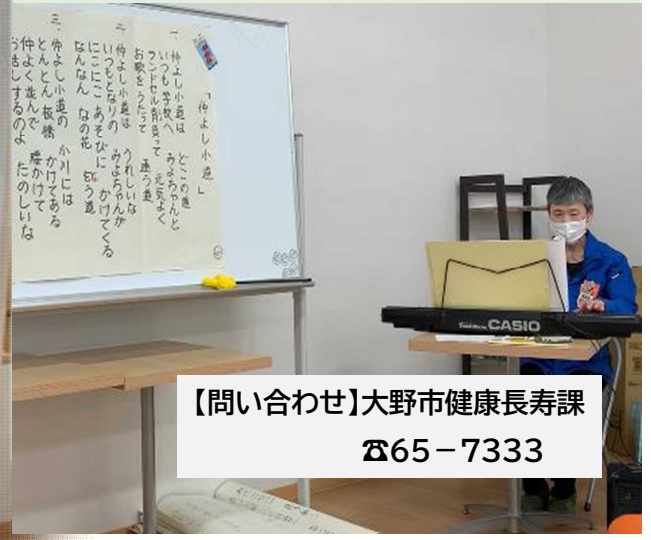
**13:30~14:45**

## <開催日>

7/18(木)、8/22(木)  
9/19(木)、10/17(木)  
11/21(木)、12/19(木)  
1/16(木)

※認知予防教室は

2/13(木)、3/13(木)も開催します



【問い合わせ】大野市健康長寿課

☎65-7333