

第122回健康教室

担当：看護部

日時 平成25年9月6日(金)

ニギニギ体操

13:00~13:30 1階 リハビリ室



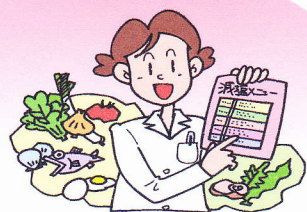
いつでも・どこでも・だれにでも
座位・立位・ベッド上でも行えます！
1日15分で出来る健康増進体操です



健康度測定

13:45~14:30 3階 会議室

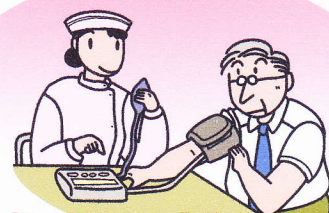
健康度をチェックしてみませんか？



栄養相談(希望者)



体脂肪・骨密度



血圧・糖 など

大阪船員保険病院