

参加無料
予約不要

小松市

今から始める
健康づくり

健康チェックDAY

2026年 5月22日 (金)

13:00~16:00

場所: イオンモール新小松 3Fイオンホール

健康チェックコーナー

個別アドバイスも実施



フレイル
生活習慣



血圧
骨密度
体組成

先着 **40名**
13:00から
受付にて
整理券を配布



握力
バランス
足の筋力

ミニ講話コーナー

13:30~13:50 **フレイル**予防

14:30~14:50 **骨粗しょう症**対策

15:10~15:30 **生活習慣病**予防

果汁工房 果琳

果物ドリンク

試飲会
(10分程度)
14:00~
15:00~



展示・体験コーナー

楽しく健康づくりを体験しよう



**MEGA
SPORTS**

足型 測定



Joshin

健康器具
展示



ソフィアテラス

簡単
ウォーキング
レッスン