

健康チェックしてみませんか

参加無料

ふらっとパル茅ヶ崎

健康チェックの会

★「健康チェックの会」は「CO・OP 共済健康づくり支援企画」を受けて活動しています★

「健康チェックの会」は、毎月第4火曜日に開催しています。

日付:7/23(火)

フレイル予防体操
＜足腰編/5分程度＞
実施します♪

***時間: 10:00~11:45 / 13:00~14:45**

*11:45~13:00は休憩時間です。上記の開催時間内にご来場ください。

***会場:茅ヶ崎市新栄町 8-5 山藤ビル 1F ふらっとパル茅ヶ崎**

新型コロナウイルスの状況により、時間短縮や中止になる場合がございますのでご了承ください

ご参加の際はマスク着用と入り口にて、手指の消毒にご協力お願い致します

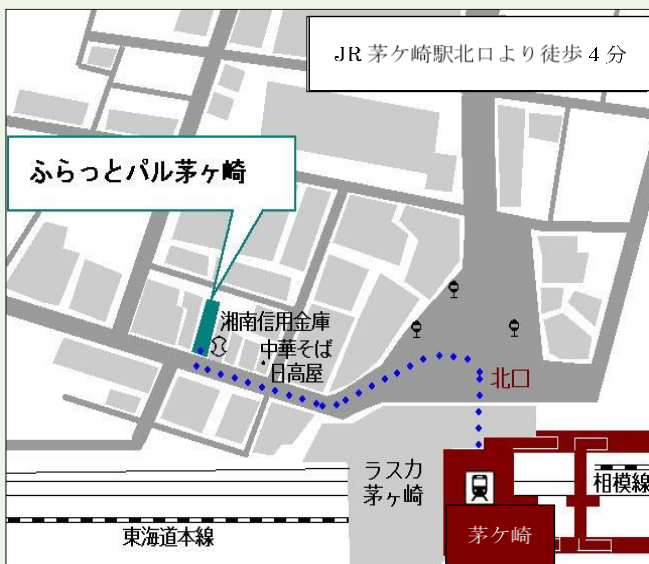
【健康チェックで測定できる項目】

血管年齢・心拍数・血圧・体重・体脂肪率・
筋肉量・体内水分量・BMI・推定骨量・
内臓脂肪レベル・基礎代謝量・握力・足指力など



©2012CO・OP 共済コーすけ

◆ ふらっとパル茅ヶ崎 会場地図 ◆



◆主催
生活協同組合パルシステム神奈川 地域活動推進課

◆共催
特定非営利活動法人セカンドリーグ神奈川

◆問合せ先
☎ 045-577-3533 地域活動推進課
〔月~金/9時~17時〕
☎ 0467-81-5247 ふらっとパル茅ヶ崎

「健康チェックの会」定期開催の会場

＊2024年 4月現在

パルシステム神奈川では、健康チェックイベントを実施しています

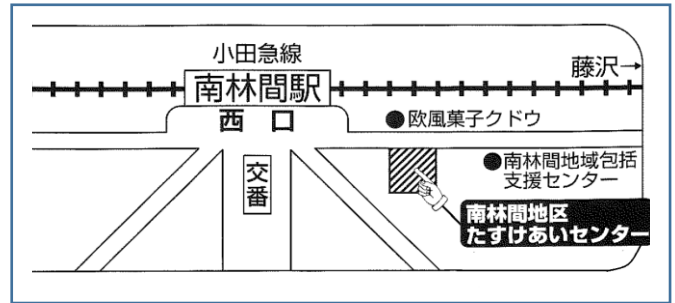
～ご自身のからだの数値を知ることは「健康づくり」の第一歩！～

「健康チェックの会」は健康診断とはちょっと違う、楽しみながらご自身のからだの数値を知ることが出来るイベントです。測定の結果は測定終了後にお渡しする「測定手帳」で管理いただけるので、ご自身の健康管理の一つとしてお役立ていただけます。下記の会場で「健康チェックの会」を定期開催しています。予約不要で、無料でどなたでもご参加いただけます。お気軽にお越しください♪



① 南林間地区たすけあいセンター

- ・住所:大和市南林間 1-7-19
(小田急線 南林間駅 西口徒歩1分)
- ・日程:毎月第1・3水曜日 ＊祝日はお休み
- ・時間:10:00～11:45・13:00～14:00
＊11:45～13:00 はお休み時間



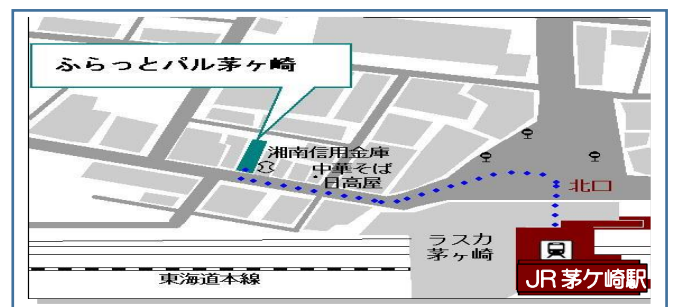
② あしたタウンラボ 金沢センターサイドタウン

- ・住所:横浜市金沢区並木 1-17-17
(シーサイドライン並木北駅より徒歩8分)
- ・日程:毎月第3週の金曜日
- ・時間:10:15～11:45・13:00～14:45
＊11:45～13:00 はお休み時間



③ ふらっとパル茅ヶ崎

- ・住所:茅ヶ崎市新栄町 8-5 山藤ビル 1F
(JR線 茅ヶ崎駅 北口徒歩4分)
- ・日程:毎月第4週の火曜日
- ・時間:10:00～11:45・13:00～14:45
＊11:45～13:00 はお休み時間



④ パルシステム神奈川 麻生センター

- ・住所:川崎市麻生区王禅寺西 5-2-14
(小田急線 新百合ヶ丘駅 バス4分
「日光隧道」下車 徒歩1分)
- ・日程:毎月第1週の火曜日
- ・時間:12:30～14:45



◆お問い合わせ先◆

生活協同組合パルシステム神奈川 地域活動推進課
Tel.045-577-3533 (月～金/9時～17時)
※感染状況により中止になる場合がございますので
当組合 HP にて開催の有無をご確認ください。⇒

詳しくはこちら♪
当組合ホームページの
イベント情報をご確認ください

