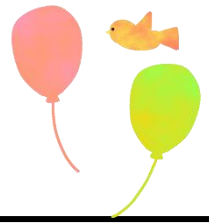


これからの自分へ!



体力・体内の
実年齢 マイナス(-)
をめざしませんか?



測定・運動・ランチコースのご案内

健康に関して、楽しく参加できるコースを設けています。
健康づくりに関心のある方、気の合うお友達とお誘い合わせて、またお友達づくりの
きっかけにも!みなさまのお越しをお待ちしております!!



ご希望のコースを電話、または裏面の申込用紙にご記入の上、FAXでお申し込みください。

【開催場所】 0次予防センター(はちまん健やかフラザ)

測定・運動コース (完全予約制) (火・木曜日 9:00~15:00)	ランチコース (完全予約制) (火曜日 11:30~14:00)
<p>●健康機器による測定 握力・足筋力・体組成計・骨密度 血圧・フレイルチェックなど</p> <p>●運動体験 筋力アップに ◎ゴムバンド体操 ◎いきいき百歳体操 認知機能向上に ◎コグニサイズ</p> <div data-bbox="542 1377 718 1489" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="375 1713 710 1915" data-label="Image"> </div>	<p>●ランチ(健康未来食) 地元食材と旬の野菜をふんだんに使い、健康長寿の秘訣「発酵食品」をコンセプトにした管理栄養士監修の健康ランチです。</p> <p>日替わりランチ 800円 ドリンクセット 900円 ドリンクケーキセット 1,000円</p> <p>※完全予約制、限定20食</p> <div data-bbox="813 1691 1069 1769" data-label="Text"> <p>メニューの一例</p> </div> <div data-bbox="869 1780 1029 1904" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1085 1691 1380 1904" data-label="Image"> </div>

スタッフおすすめ

※必ず、**事前にお電話等でご相談**ください。

※火曜日は、**測定・運動コースとランチコースの組み合わせが可能**です!

お申し込み・お問い合わせは、下記へ♪

近江八幡市0次予防センター(はちまん健やかフーズ)

<電話・FAX> ☎0748-37-7411 FAX 0748-37-7477

<住所> 〒523-0011 近江八幡市友定町305番地

<申込書・FAX(返信用)>

	測定運動コース (火・木曜日)		ランチコース (火曜日)		測定運動+ランチコース (火曜日)
--	--------------------	--	-----------------	--	----------------------

↑上記コースに ○印をつけてお申し込みください。

グループ名	
(ふりがな)	
代表者名	
ご住所	
電話番号	
希望日、人数	令和 年 月 日 ()
申し込み人数	人