

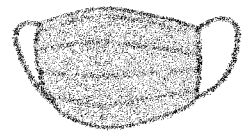
殖蓮地区健康推進員だより

令和7年12月1日

インフルエンザ注意！

～みんなで取り組むインフルエンザ予防～

- 規則正しい生活（バランスの良い食事）
- 外出後のうがい・手洗い 忘れずに
- 咳エチケット（マスクなど）
- 室温・湿度管理と換気



健康まつりに行こう

<日時> 令和7年12月13日(土)

10:00～15:00 (14:30 受付終了)

<会場> 保健センター

くわまるプラザ 1階・2階

<内容> ・骨の健康チェック

・血管年齢測定

・握力測定&棒反応 など