

医療生協さいたま県央地区主催



International Year of Cooperatives



ドクピー



すべての人に
健康と福祉を
ドクピーは、赤ちゃんや小さな
子どものいのちをまもるために
がんばっているよ。

健康フェスタ



参加費
無料

inアリオ上尾 OCHANOMA催事場

10:15~13:00

やってみよう！
医療生協さいたまの健康体操！！

① 5/30(金)

血压・足指力測定
笑いケア・
脳トレ体操 など

参加毎にスタンプを押印します。
スタンプ押印数に応じて
ささやかなプレゼントを
差し上げます。



骨密度測定

※写真は2025年1月28日の様子です。

② 7/25(金)

健康チェック
血压・握力・
骨密度・足指力
健康相談 など

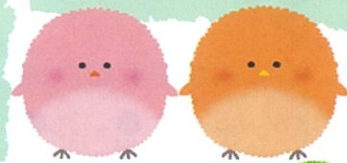
③ 9/26(金)

血压・握力測定
キャップバック体操
など



④ 11/28(金)

血压・ザリッツ測定
足踏みラダー など



⑤ 2026年
1/30(金)

血压・骨密度測定
健康体操 など

※いずれも事前申込みは不要です。
直接会場にお越しください。
※骨密度測定等、靴下を脱いで裸足で測定します。
※当日実施が難しいと判断した場合、中止することがあります。あらかじめご了承ください。

お問合せは

医療生協さいたま 浦和民主診療所

048-832-6156 担当:山崎



楽しく
「笑いケア体操」

※写真は2025年1月28日の様子です。