

血管を若々しく保つために(^_^♪

ニコニコ健康くらぶ (全3回)



1回目 ~血管年齢を測定しましょう~

令和6年5月24日(金)
中浜公民館 集会所

日本人の死因の4分の1は血液の異常が原因
身体の中から健康に♡



あなたの血管年齢は~



保健師さんに相談！スッキリしました♡



眠れていますか？
ストレスはありますか？