

東公民館文化祭 (令和6年11月9日・10日)

東公民館文化祭の一環として東地区保健推進員と済生会病院の看護師さんによる体験型の健康啓発コーナーを開設しました。

○参加者の皆さんに血圧と血管年齢の測定、体脂肪測定等を体験して頂きました。



済生会病院の看護師さんが血圧測定・血管年齢チェックの数値解析の結果から健康アドバイス等行いました。



東地区保健推進員が体脂肪測定を行い、一般的に健康であるとされる体脂肪率の目安などについて説明しました。

女性には「プレスト・アウェアネス」の重要性について模型などを使って説明し、浴室に貼れる触診チェック表を配布しました。

他にも握力測定の実施や「応急手当てポケットブック」などの小冊子を配りました。

