Vol.25 August, 29,2024

The Chuusankan Times

藤枝市中山間地域発、人、コト、モノ、アート News 今、北の中活が熱い！

高齢者地域生活総合サポート事業　第2回

～面白い測定を体験！～

8月 20 日（火）、岡部町朝比奈の新舟会館で高齢者地域生活総合サポート事業（朝比奈りゅうせいサロン）第2回が行われました。

最初の45分間は株式会社ティップネスによる運動教室を実施。参加者は音楽に合わせて手足を動かすストレッチなど、筋力トレーニングに励みました。

今回は、交流イベントとして「面白い測定を体験！」を実施。明治安田生命保険相互会社による、機器を使用したさまざまな測定を体験しました。

【測定項目】

・ベジチェック…機器に約30秒ほど手のひらをあて、約2週間前の野菜の摂取量を測定

・血管年齢測定…実年齢を入力し、機器に約30秒ほど指を入れ、血管年齢を測定

・笑顔チェック…スマホの画面に向けられた笑顔を5秒で測定

終了後にはウエルシア薬局株式会社の移動販売を利用する人も見られました。

㈱ティップネスによる運動教室

血管年齢測定

ベジチェック

笑顔チェック

発行：藤枝市中山間地域活性化推進課　藤枝市本郷 876　☎ 054-639-0120