

「健康かみうべ21」によるチャレンジデー協賛行事報告

「健康かみうべ21」は、令和元年度チャレンジデー協賛行事として、5月29日（水）に上宇部会館前広場でラジオ体操および別館2階で健康チェック・体力測定を行った。

1. ラジオ体操は校区内住民43名が参加し、広場で輪になって8時20分から15分間実施した。
2. 健康チェック・体力測定は校区内住民20名が参加し、宇部市地域・福祉支援チームの協力により体脂肪率、血圧、握力、棒反応、長座体前屈が行われ、8時45分からで約1時間で終了した。



1. ラジオ体操



2. 健康チェック・体力測定