

# はさむ力をチェック！

## 「あしゆび力測定」

おでかけ  
保健室

足の親指と人差し指の挟む力を専用の機械で測定します。  
足指を鍛えることは、姿勢改善にもつながります。  
状態を知って、健康づくりの第一歩を始めませんか。

**対象** どなたでも **申込** 不要

**場所** のぼるん

※ストッキングでは測定不可、  
五本指ソックスは可能です。

11時からは「おひざにだっこのおはなし会」を開催。  
ぜひ、あわせてご参加ください！



7月13日(月) 11:40~  
12:00