

健診を受けたら ぜひお返し班会を！

健康診断を受けたけれど、結果を見ても体のどこが悪いのかわからない。どのように生活習慣などを改善していけばいいのかわからない。という方いらっしゃいませんか？

北医療生協では3人以上集まれば、看護師を呼んで健診結果の説明と、改善に向けたアドバイスを受られます（これをお返し班会と呼んでいます）。

ぜひ年一回の健診受診と、その結果について考えてみませんか？

みなさんの健康づくりを応援します



明日から健康づくり頑張ります。



見てわかる解説です。



たまには救急蘇生も学びましょう。

