

健康ハートの日

8月10日はハートの日です

明日の自分のために心臓を大事にしましょう
牧病院も全力でサポートします

♡ 心不全の因子になるものを測定しよう

- ・ 血圧測定
- ・ 簡易心電図
- ・ 血糖測定



♡ 身体機能測定

握力、バランス機能等



♡ 塩分適正はどれくらい？

自分がどれくらい塩分を取っているのが
指標を使って把握しましょう

8月10日は牧さんへ
お待ちしております

日時：2026年8月10日10時～13時

