

## 感染予防の基本

- マスクの着用、手洗いなどの標準的な感染予防を徹底します。
- 発熱や風邪症状がある場合は参加を控えます。
- 活動時間 2 時間以内を厳守しましょう。
- 3 密(密閉・密集・密接)を避けましょう。

### 血圧測定



測定は、対面にならないように、カフを巻きスタートボタンを押したら、1m以上離れましょう。また、自分で測定してもらうことも勧めましょう。測定ごとに血圧計をアルコール消毒しましょう。

### 足指力測定

開始準備ができたなら測定方法を説明し、足をのせて測定してもらいましょう。測定後は、アルコール綿でよく消毒しましょう。



握力計は手渡ししないようにしましょう。測定後は、アルコール綿でよく消毒しましょう。

### 握力測定



### 体組成測定



測定器を離して設置、測定の準備ができたなら乗っていただき、測定します。測定後は、アルコール綿でよく消毒しましょう。



コロナ禍での  
「健康チェック」

実施の注意点



利根保健生活協同組合

〒378-0053 群馬県沼田市東原新町 1861-1  
生協くらしサポートセンター 22-2300

