

## สรุปโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

### ขยับกายสบายชีวีด้วยวิธีเดินแอโรบิก



### กิจกรรมคัดกรอง ชั่งน้ำหนัก วัดความดัน วัดรอบเอว



### อบรมให้ความรู้ โรคเรื้อรัง อาหารแลกเปลี่ยน





ออกกำลังกาย



ออกกำลังกาย



