

出張

まちの保健室



気軽に
お声かけください

「出張まちの保健室」は
皆さまの健康づくりを応援します。

保健師や管理栄養士などの専門職が
皆さまの集会所などに出かけます。
お気軽にご活用ください。



【地区担当保健師】
畑岡 奈生子

【内容】健康チェック、ミニ講話など

<健康チェックの内容>

- ・血圧計
- ・体組成測定
- ・血管年齢測定
- ・骨強度測定
- ・握力計
- ・足指力測定 など



<ミニ講話の内容>

- ・認知症について
- ・お口の健康について
- ・介護予防について
- ・食育について など

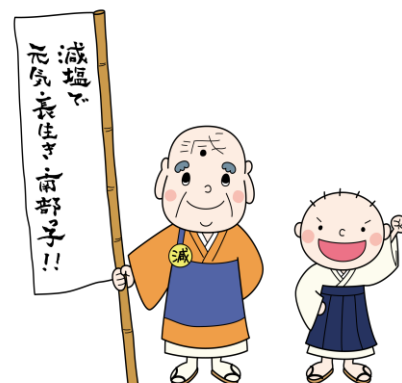


【申込み方法(随時)】

- ・1~2ヶ月前までにお申込みください。
- ※他の事業の関係などで日程調整をさせていただく場合があります。ご了承ください。

【申込み・問い合わせ先】

健康対策課(健康管理センターすこやか内)
TEL 0859-66-5524



裏面あります

令和8年度東西町地区版

東西町地区では、誰でもふらっと立ち寄れる場所で
気軽に健康相談、健康チェックができる日を設けています。
皆さまののお越しをいつでもお待ちしております。



毎月第 3 **木** 曜日 場所：つどい
開催時間：10時～11時

4月16日 ・ 5月21日 ・ 6月18日 ・ 7月16日
8月20日 ・ 9月17日 ・ 10月15日 ・ 11月19日
12月17日 ・ 1月21日 ・ 2月18日 ・ 3月18日

【内 容】



○健康チェック

血圧、体重、体脂肪、体内筋肉量、体内年齢、血管年齢、
握力、足指力、骨の強度測定、物忘れタッチパネル など

○健康相談

生活習慣病予防、栄養、子育て、介護、認知症など

【持 ち 物】健康管理ファイル

※ファイルをお持ちでない方は、会場に用意しています。

※天候などにより、中止や変更になる場合があります。ご了承ください。