

保健 だより

各種健診（検診）・予防接種・
その他事業の年間予定
ID 5647

乳幼児健診	ID 5779
予防接種	ID 1602
ここにこむし歯予防教室	ID 5776

ページID検索は
ホームページから



注目! /

Komaki Health Memo

高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種 (65 歳)

ID 5723

4月1日から定期接種で使用されるワクチンが変更となり、自己負担額が増える見込みです。現在の2,000円での接種を希望される方は、3月31日までに接種してください。

3/1~8は女性の健康週間です!

折れない身体づくり! コツコツ骨活のススメ!

骨密度は20歳前後をピークに減少し、それ以降は増やすことが難しいと言われています。本市では20歳から40歳代の女性に骨密度測定を実施し、5人に4人が平均骨量を下回るという結果やそれに伴う保健指導等の取組を「愛知県公衆衛生研究会」で発表し、知事表彰を受賞しました。市では、引き続き骨粗しょう症検診や骨密度測定会を実施し、若いうちから骨密度などに関心を持ち、生活習慣を見直すことで折れにくい骨をつくる「骨活」を推進します。

Check
骨活の
ポイント



がん検診等

乳がん・子宮がん検診の個別健診
(市内実施医療機関で受ける検診)
は3月31日まで!

各種がん検診等の
詳細はコチラ



健康づくり教室

健康づくりを応援する講座を随時
開催しています!
ぜひご参加ください!

健康づくり教室の
詳細はコチラ



ヘルスラボ・こまきで “健康” チェックしませんか?

無料

フレイルチェック

加齢による身体の状態をチェック!

体組成計

筋肉量や
体脂肪量を
チェック!

体験型栄養教育システム

食生活の栄養バランスをチェック!

測定を習慣化してカラダ
を見える化するコマ~!



◀ヘルスラボ・こまき公式LINEなら
予約も簡単! 友だち登録はこちら

問合せ ヘルスラボ・こまき (☎ 39 - 5566)

さまざまなイベントを
開催しています!

健康チェックで“気づき”を
専門職のサポートで“きっかけ”を
ご利用料金は不要です。
お気軽にお越しください。

ヘルスラボ・こまきの
イベントカレンダーはこちら▶



ヘルスラボ・こまきに
こまき山が登場!

ヘルス ラボ・ こまき × こまき山 散歩!

市公式YouTubeの人気企画「こまき山散歩」で「ヘルスラボ・こまき」を特集。こまき山が実際に体験しながら、施設の見どころを楽しく分かりやすく紹介します。

動画の視聴は
コチラ

