

お知らせ

味岡地区にお住まいの方限定



味岡地区健康展

超人気

日にち: 令和6年11月9日(土)

時間: 9時30分~12時30分

場所: 味岡市民センター 2階講堂ほか

入場無料

200名限定 先着順 完全予約制 (定員になり次第受付終了)

10月15日(火) 8時30分~ 申し込み受付開始

申し込み方法: ①電話〈保健センター ☎0568-75-6471〉

②QRコード (10月15日(火)8時30分に公開します)

※広報こまき10月号「保健だより」のページに掲載の「各地区健康イベント」のQRコードからお申し込みいただけます。



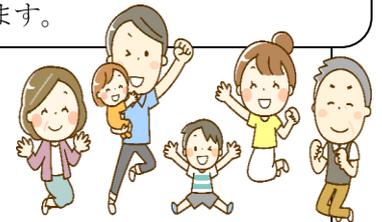
予約時間枠: ①9時30分 ②10時 ③10時30分 ④11時 ⑤11時30分 ⑥12時

○体組成測定

機械に乗るだけで、体重から体脂肪率や筋肉量、内臓脂肪といった体の組織を分析し、見やすい結果用紙でお渡しします。
ペースメーカーをご使用の方は体験できません。
靴下やタイツ、ストッキングを脱いで素足になって測定します。

☆お知らせ☆

- ①測定体験は、18歳以上の方が対象です。
- ②お子様をお連れの方には、保護者の方が測定される際にサポートします。



○血管年齢測定

指先を機械に入れるだけで、血管の弾力性や柔軟性から血管年齢を測定します。

○動体視力反応測定「クイックキャッチ」

落ちてくる光を素早く正確にキャッチしよう! ゲーム感覚で俊敏性・正確性を測定します。

○ストレス測定

測定結果を5段階で評価します。その結果からストレスへの対処法をアドバイスします。
ペースメーカーをご使用の方は体験できません。

○歯科衛生士のミニ講座や簡単体操講座もあります!

○何かご心配なことがあれば健康相談もご利用ください。

主催: 味岡地区保健連絡員・小牧市保健センター / 後援: 味岡地区区長会
お問い合わせ先: 保健センター TEL (0568) 75-6471 (受付: 平日8時30分~17時15分)