

令和4年度 健康づくり計測会のお知らせ

町民の皆さんがご自分の体の状況を知り、健康づくりにつながるお手伝いをさせていただくため、「健康づくり計測会」を実施します。参加ご希望の方は、役場健康福祉課健康係までお申し込みください。

<内容>

・各種計測

身長、体組成（体脂肪、筋肉量、脚力、基礎代謝量など）
血圧、握力、尿検査（たんぱく、潜血、糖、塩分量）

・測定結果説明

・歯科衛生士さんによる歯周病や歯肉炎などのお話



<日程>

日にち	場所	受付時間
7月21日（木）	ふれあいセンター （2階研修室）	① 9：30～10：00
12月1日（木）		② 10：30～11：00
3月2日（木）	ふれあいセンター （ホール）	※密集を避けるため、受付時間を区切って実施します。予約の際に①か②のご希望時間をお伝えください。

<申し込み>

参加ご希望の方は、前日までに役場健康福祉課健康係へご連絡ください。

（TEL：0241-69-1199 FAX：0241-69-1134

E-mail：kenkou_01@town.shimogo.fukushima.jp）



- 「とりあえず計測だけしたい」「体脂肪や筋肉量だけでも知りたい」という方も大歓迎です。まずはご自分の体を知ることから始めてみませんか？
- 感染予防のため、マスクの着用をお願いいたします。
- 体組成計は、裸足で測定しますので、脱ぎやすい靴下等でお越しください。
- 老眼鏡等、必要な方は持参してください。

（事務担当：健康福祉課健康係 保健師 星）