

# 出張健康鑑定団

お問い合わせ 保健福祉課 健康推進係 ☎ 0172 - 55 - 7149

地域や団体の集まり、健康イベント等に、保健師や管理栄養士が健康機器を持って出向きます。

自分の体の健康状態を知り、健康づくりのきっかけにしてみませんか？

## 【健康鑑定メニュー】

血液検査等がないため、体を傷つけずに健康状態をチェックすることができます。

測定結果をもとに、保健師・管理栄養士がアドバイスをを行います。健康づくりの参考にしてください♪

### 体組成測定

身体のだよの部分に、どのくらい筋肉や脂肪がついているのかがわかります。



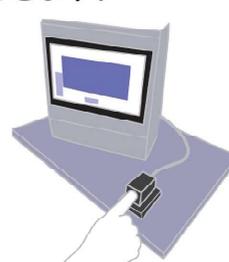
### 骨密度測定

若い頃と比べて、骨量が低下していないか調べることができます。



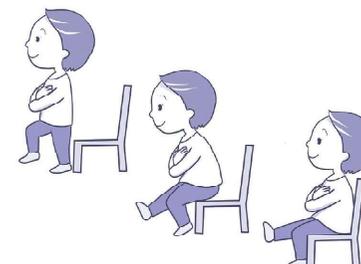
### 血管年齢測定

血管の弾力性がわかります。機器に指を置くだけで測定することができます。



### 立ち上がりテスト

下半身の筋肉が低下していないか調べることができます。



## 【申し込み方法】

原則 10 名以上の参加者と室内の測定場所があれば、町内どこへでも出向きます。

ご希望の場合は、出張健康鑑定団申込書に必要事項を記入し、開催希望日の 1 か月前までに保健福祉課まで提出してください。

出張健康鑑定団申込書は、町ホームページ「出張健康鑑定団」のページにあります。



▲「出張健康鑑定団」のページはこちらから