****

健康**チェック**デー

デー

**令和6年度**

**日頃できない健康チェックをして、ご自身の健康を振り返ってみませんか？**

**特に普段健診を受ける機会のない方は、血液検査を受ける大きなチャンスです。ぜひご参加ください。**

**２００ポイント**



対象

２０～５０代の町民

令和６年１月２5日（土）

9：00～12：00

日時

**４０名程度　要申込（先着順）**

**（申し込み締め切り：１月１8日）**

定員

御浜町福祉健康センター

場所

**健康チェックコーナー**

**【要申込み】**

参加費　無料

●**受付時間**　　　　①9：00-9：30　　　②9：30-10：00　　③10：00-10：30

④10:30-11：00　 ⑤11：00-11:30

●**血液検査**※血液検査は必須項目です。

（血糖、脂質、腎・肝機能、貧血など12項目を調べます。※治療中の方は除く）

●**体組成測定**

（体重や体脂肪率だけでなく筋肉量や基礎代謝量など様々なことが分かります。

素足になれる格好でお越しください。）

**●足指力測定**

●**骨の健康度測定**（手首で測ります。）

●**糖尿病危険度チェック**

●**栄養相談**（食事の相談など）

**３９歳以下の方を優先します**

(４０歳以上の方は、特定健診等

で同様の検査が受けられます)

託児スタッフがいます

お子様連れでも、

ぜひお越しください



**【問合せ・申込み先】　お電話またはネットにて、事前にお申込みください。**

ネットでの申し込み

右の二次元コードより

電話での申し込み

御浜町役場　健康福祉課　健康づくり係

TEL：05979-3-0511



　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　協力：公益社団法人三重県栄養士会

令和５年２月２５日（土）　　　　　　　４０名程度　要申込（先着順）

【受付時間】　※各時間6～7名ずつ　　　　　　　　　（申込み締切：２月１７日(金)まで）

1. 9:00～　　　④10:30～
2. 9:30～　　　⑤11:00～

③10:00～

御浜町福祉健康センター

（御浜町大字下市木２０４０番地）

（申込み締切：２月１２日(金)まで）

場所

参加料