

ま ち

あなたの地区の出張保健室

ご自身の健康について、

地区担当保健師と一緒に考えてみませんか？

こうふ健康アプリのポイント付与、対象事業になります!!

●日時：令和 8 年 9 月 18 日 (金)

10:00～11:30 (受付は 11:00 までになります)

●場所：日東建設 朝日悠遊館

●内容：①ストレスチェック

あなたのストレスはどのくらいでしょうか？

一緒に測定してみましょう！

②体操コーナー (DVD を見ながら一緒に取り組みましょう♪)

③健康相談

※予約不要です。

※当日は体調確認をして無理なくご参加ください。



次回の
お知らせ

令和 9 年 1 月 29 日 (金)

*時間・場所は改めて回覧いたします。
*内容が変更となる場合があります。

内容：骨の健康度測定 (予定)

共催：朝日地区自治会連合会
保健計画推進協議会
自治会連合会愛育会
食生活改善推進員会

お問い合わせ：甲府市役所 地域保健課
朝日地区担当保健師 青柳
☎055-237-1173