

ま ち

あなたの地区の出張保健室 (健康づくり同窓会)

日時：10月2日(金) 10:00～11:30

(受付9:30～)

場所：ぴゅあ総合(朝気1-1-2)

ご自身の体のことを、詳しく知るチャンスです。
みなさんで、琢美地区の健康意識をさらに高めていきましょう！

対象者は65歳以上ですが、どなたでも参加できます。

※参加者には、こうふ健康アプリのポイントが付与されます。

インボディ

InBody測定

※裸足になれる服装でお越しください

体の栄養状態(水分・たんぱく質・ミネラルなど)や、

部位別の筋肉量・脂肪量を測定

健康教育

元気に、健康に過ごす“コツ”をお伝えします！

ご自身に合ったセルフケアがわかります

個別で健康相談をご希望される方は、地区担当保健師がお受けします。

ぜひ、ご活用ください！

問い合わせ

甲府市地域保健課 琢美地区担当 松井 TEL055-237-1173