

「カラダ見える化」健康バスによる健康測定会 について

市は、心身の健康度を数値で示すことで、自分の健康維持・管理に役立ててもらうため、地域を巡回する東海大学健康バス無料測定会を実施します。

東海大学との協働により、地域の公民館等を会場とし、骨密度等を測定するとともに、保健師・管理栄養士等による測定結果の説明と、ライフスタイルに応じた運動面・栄養面からの保健指導により、健康的な生活習慣への意識を高めてもらいます。

1 日時および会場

8月1日（木）大根公民館、8月28日（水）堀川公民館、9月6日（金）東公民館、10月5日（土）本町公民館、令和2年2月4日（火）南公民館
いずれも午前10時から正午まで（受付は午前10時、10時半、11時）

2 定員 30名／回（事前申込制で時間予約）

3 内容

- (1) 骨密度測定及び体組成測定、血圧測定等
- (2) 保健師・管理栄養士による結果説明
 - ア 測定結果の説明
 - イ 結果からライフスタイルに応じた運動面・栄養面へのアドバイス
 - ウ 特定健康診査や市民健康診査、がん検診への受信の動機付け
- (3) 測定結果のデータ分析・評価（後日）



健康指導の様子