

無料
予約不要

体組成測定会



対 象

18歳以上の市民

健康ポイント事業
(エンジョイhealthなすしおばら)に
参加中の方は1回の参加につき50P付与

内 容

- ・体組成測定
- ・健康講座

※ペースメーカーなど医用電気機器を
装着されている方は測定できません。



詳しくはこちら

日時・会場

受付時間 13:30~15:30

◆健康講座開催時間 ※①~③は同じ内容

①13:50~14:10 ②14:30~14:50 ③15:00~15:20

単発参加OK!
土曜開催日あり

第1回

令和6年

11月20日(水)

黒磯保健センター

健康講座

体組成測定結果の見方
健診結果と生活習慣病

* 健診結果をぜひお持ちください

第2回

令和6年

12月20日(金)

西那須野保健センター

健康講座

体を動かしヘルスアップ!
筋トレ実践編

* 動きやすい服装でお越しください

第3回

令和7年

1月25日(土)

黒磯保健センター

健康講座

体を動かしヘルスアップ!
ウォーキング実践編

* 動きやすい服装でお越しください

第4回

令和7年

2月26日(水)

西那須野保健センター

健康講座

生活習慣病を予防する
食生活

自分のカラダを見える化してみませんか?

◆問い合わせ先

那須塩原市健康増進課 TEL 0287-63-1100 FAX 0287-63-1284