

わくわく健康チェック(ながはま健康ステーション事業)年間予定

R8.7.21更新

日時		場所	健康チェック項目			
R8年 4月	4月20日(月) 11:00～12:30 13:30～15:30	イオン長浜店	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	骨強度測定
5月	5月30日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	生活改善アドバイス
6月	6月27日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	骨強度測定
7月	7月14日(火) 10:00～12:00	平和堂木之本店	野菜摂取量測定	骨強度測定	握力測定	お口の健康チェック
	7月25日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	アルコール体質チェック	生活改善アドバイス
8月	8月22日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	お口の健康チェック
9月	9月23日 (水・祝)	アル・プラザ長浜	わくわく健康まつり(調整中)			
10月	10月24日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	骨強度測定
11月	11月17日(火) 10:00～12:00	平和堂木之本店	野菜摂取量測定	骨強度測定	血管年齢測定	生活改善アドバイス
	11月21日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	イオン長浜店	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	お口の健康チェック
	11月28日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	お口の健康チェック
12月	12月12日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	姿勢カルテ	アルコール体質チェック
R9年 1月	1月23日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	生活改善アドバイス
2月	2月20日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	骨強度測定	体組成チェック
3月	3月13日(土) 11:00～12:30 13:00～15:30	アル・プラザ長浜	野菜摂取量測定	体操・店内ウォーキング	血管年齢測定	姿勢カルテ

※体操・店内ウォーキングは11時集合。参加者が集まり次第順次開始します。(終了は12時15分頃)

【注意事項】

- 1 午前7時の時点で、暴風警報またはレベル4以上の危険警報が発令されている場合は、イベントを中止します。
- 2 実施に関する最新情報については、長浜市ホームページで随時更新しますので、ご参加の前に中止や変更がないかご確認ください。
- 3 今回の測定は医療的な検査・診断ではありません。野菜摂取量や血管年齢等は推定値(目安)です。
- 4 状況によって測定項目や対応スタッフが変更する場合があります。あらかじめご了承ください。