

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

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	
	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	
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7日(土)	イオン長浜店	(調整中)			
	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