

参加
無料!

健診結果のナゾもスッキリ! あなたのカラダの成分も野菜力もその場で測定!

今のあなたを
チェックできる

健康イベント開催!



健診結果説明会のご案内

特定健診を「受けた方」「これから受ける方」「結果がまだ届いていない方」、どなたでも参加いただける説明会を開催します。当日は、【健康測定(2種)】に加え、**管理栄養士・馬淵 恵先生**による【健康講演会】も行います。健康が気になる今こそ、自分のカラダと向き合ってみませんか?

事前にお申し込みが必要です。お気軽にご参加ください。

小杉会場

日程 令和7年**10月10日**(金)
会場 救急薬品市民交流プラザ
(QQPlaza)1階ふれあいホール
定員 **80名**(要申込)

大島会場

日程 令和7年**12月12日**(金)
会場 市役所本庁舎3階
会議室
定員 **50名**(要申込)

定員を超えるお申し込みがあった場合は抽選となり、抽選にもれた方には事前にご連絡いたします。

時間

受付

12:45 ~ 13:30

健康測定

12:45 ~ 14:00

健康講演会

14:00 ~ 15:30

申込方法

保険年金課へ電話、または
二次元コードでのお申し込み

申込期間

チラシを受け取った日～
令和7年**12月5日**(金)

予約・ 問合せ先

射水市役所 保険年金課
TEL(0766)51-6628

お申し込み方法が
変わりました

スマホでの申込は下記の
二次元コードから



健診では測れない!! 健康測定

① インボディ

筋肉量・体脂肪率・内臓脂肪
など、カラダの“中身”が
数値でわかる!



② ベジチェック®

野菜が足りているかを
手軽にチェック!



詳しくは
裏面確認



演題

食べて改善! 健康数値との正しい付き合い方

～スポーツ栄養士が伝える“米”のチカラ～

講師プロフィール 管理栄養士 **馬淵 恵**(まぶち めぐみ)先生

特定保健指導の指導者、スポーツ栄養士として大学・高校、病院での栄養指導・講演などで活動。
「楽しく食べる」をモットーに、生活習慣病の予防やダイエットをテーマとした食生活改善の講演活動を行っている。

来場された方に
プレゼント



講演会の前にカラダの状態をチェック

無料

健康測定

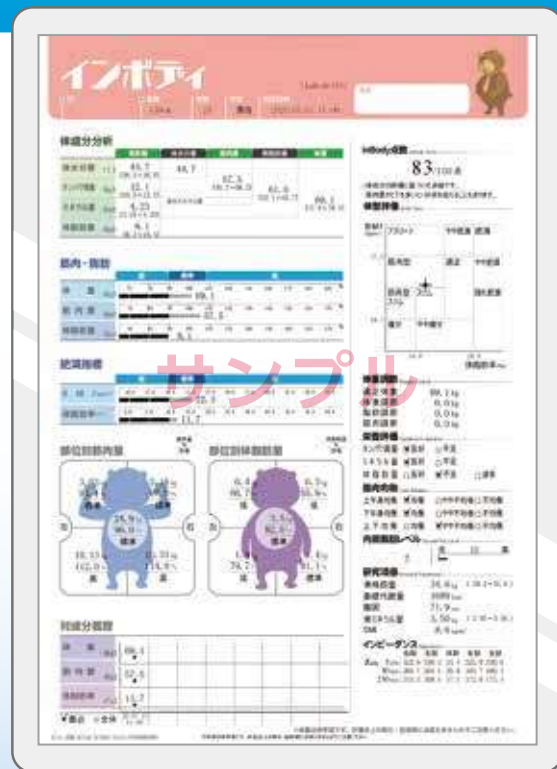
時間

12:45~14:00

①カラダ全体を詳細に知る

インボディ (高精度体成分測定)

- 筋肉量と体脂肪量が四肢と体幹の部位別に正確に測定できます。
- 内臓脂肪レベルと理想的な体型のための目標数値も提示されます。
- カラダの水分やタンパク質など体成分量が測定でき、栄養摂取状態の評価もできます。



②野菜摂取量を測定

カゴメベジチェック®

手のひらにセンサーをあてて数十秒で判定。
推定野菜量を判定し、野菜不足かどうか
わかります。

