

はりま健康づくりイベント

～笑いと減塩で生活習慣病予防～

日時：7月24日（木）

時間：9：30～16：30

会場：中央公民館

参加
無料！

予約
不要

健康落語



「笑いで健康に！」

11：00～12：00

講師：天満家 新笑

定員：100人

要予約

健康測定

最終糖化測定/ベジチェック/血管年齢測定

9：30～11：00

12：00～16：30



《測定内容》

【最終糖化測定】体の老化物質をチェック

【ベジチェック】野菜不足かどうかを測定

【血管年齢測定】血管の弾力で血管年齢を測定
(手の指、手の平で簡単に測れます)



生活習慣病講演会



「腎臓のはなし

～播磨町に多い腎臓病とその予防～」

13：30～15：00

講師：北浦 圭介医師（きたうらクリニック院長）

定員：100人

要予約

エクササイズタイム！



15：30～16：30

講師：松尾 奈美

（健康いきいきセンターインストラクター）

予約
不要

熱中症クイズ・腸活のお話

栄養相談・歯科相談



9：30～11：00

12：00～16：30

持ち物：健診結果（栄養相談のみ）

予約
不要



予約・お問い合わせ

（落語・講演会をご希望の方のみ下記へお申し込みください）

①電話：079-435-2581（平日8時30分～17時15分）

②Web：右記のQRコードから申し込み

※予約受付：6月24日（火）～7月23日（水）17時まで

主催：播磨町 保険課 国保年金医療係

連携協定企業：大塚製薬株式会社、兵庫ヤクルト販売株式会社、明治安田生命保険相互会社

※イベントの内容については、変更になる場合もありますのでご了承ください

