

令和7年度 健康イベント

～自分を知って、あなたらしい充実した生活を送ろう～

日 時 12月20日(土)

10:00～15:00 (受付終了 14:30)

※希望者多数の場合は受付時間締切が早まる可能性がございます。

場 所 介護予防施設 ばらの里
(ばらの里入館料が必要となります)



1

QOL健診

生活の質 (QOL) の向上を目的とした健康診断で、メタボ・口コモ・口腔といった法定検診では受診できない項目を正しく測定することができます。



イベント参加者には
記念品をプレゼント！



測定内容



空腹時血糖



内臓脂肪



骨密度



握力



血圧



野菜摂取量



唾液



立ち上がり



2ステップ

※軽い体力測定
や裸足になっ
ていただく項
目があります。
動きやすく、
裸足になる事
ができる服装
でご参加くだ
さい。

2

味噌汁塩分比較体験



3

試食の提供

(クラムチャウダー、
ごぼうと大豆の甘からめ)

しっかり噛んでおい
しく食べて、QOLを
高める食生活はじめ
ませんか？



主 催 神戸町（神戸町保健センター） 【お問い合わせ】 ☎ 27-7555

協 力 明治安田生命保険相互会社 神戸町食生活改善協議会 (株)三和サービス