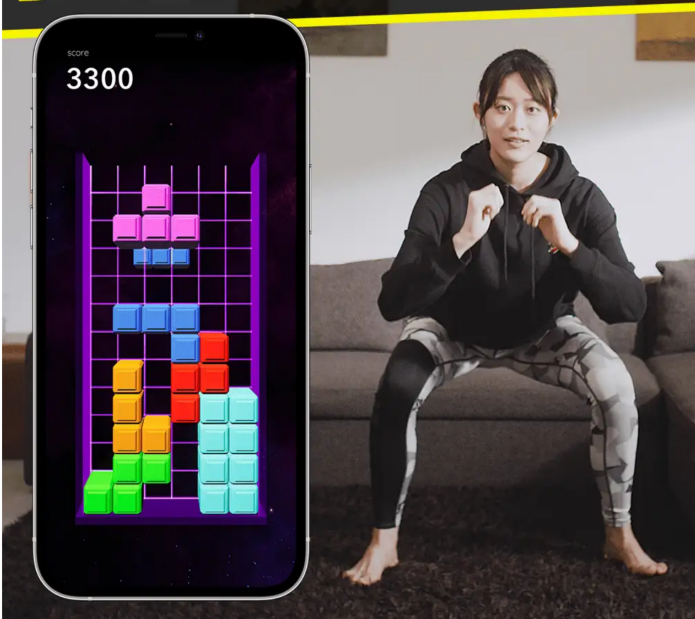




ゲーム感覚でフィットネス!



無料



お手軽健康チェック2024

@地域ヘルスセンター

毎月1回実施

受付時間 10:00~16:00

会場

地域ヘルスセンター
自治体ネットワークセンター
※会場は4階です

お手軽チェック

自己採血
体組成計
下肢筋力測定
その他(握力・血圧)
FITRIS体験
AI姿勢解析 他

対象事業



健康ポイント(1P付与)



「食と健康の達人」カード



〒068-0034

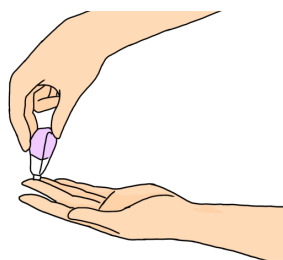
岩見沢市有明町南1番地20

岩見沢市自治体ネットワークセンター

岩見沢市内の企業さま・市民の皆さまは、 すべて**無料**です。

自己採血

自己採血で4～5滴の血液を取り、2週間後に結果をお返しいたします。生活習慣病に関わる13項目（肝機能や腎機能、脂質、血糖）をチェックすることができます。



※ツルハ薬剤師が
担当します

体組成計

体脂肪量（内臓・皮下）
筋肉量、基礎代謝量、
1日のエネルギー所要量
などを測定します。

体脂肪量、筋肉
量は部位別評価
（胴体・腕・脚）
も行うことが
できます。



下肢筋力測定

イスから立ち上げある
時の踏み込む力や速度
ふらつきの状態から
下肢の筋力とバランス
を計測できます。

FITRIS体験



運動しながらあのパズ
ルゲームができる！
新感覚フットネス！！

その他
身長・血圧
握力測定
も可能！

健康状態や生活習慣を定期的にチェック！

持続的・継続的に楽しみながら、健康を維持・向上できる
「コミュニケーション+健康」の場を創ります！



企業単位でのご参加を受け付けており
ます。お手数ですが、お申込みの際は
（株）はまなすインフォメーション地域ヘ
ルスセンター窓口までご連絡下さい。

※一般の方もご利用頂けます

岩見沢市の
**企業様
募集中**



お申込み
お問合せ



【岩見沢市自治体ネットワークセンター 4階】
（株式会社はまなすインフォメーション）
地域ヘルスセンター窓口のみで受付

0126-25-8106

月曜日から金曜日まで AM9:00～PM5:00まで

■主催■

健康コミュニティ

岩見沢市

北海道教育大学 岩見沢校

北海道大学保健科学研究院

株式会社ツルハ

株式会社はまなすインフォメーション

測定結果は、個人を特定できないように匿名化し、研究に使用させていただきます。
研究の内容に同意を頂いた方のみ対象となりますことをご了承下さい。