



参加して楽しむ

健康フェスタ2019

測定で健康の「見える化」を！ 気軽な相談で不安を解消！！

令和元年11月23日

土・祝

入場無料
どなたでも
予約不要

時間 10:00 ~ 14:00

(受付開始10:00 受付終了13:45)

会場 静岡市地域福祉共生センター
「みなくる」 (駿河区南八幡町3-1)

南部図書館
2階

健康測定

あなたのからだ、測定してみませんか？



- ・ 血圧
- ・ 内臓脂肪
- ・ 血管年齢
- ・ ストレス度
- ・ ロコモ度
- ・ 骨密度 (素足で測定します)
- ・ 肺年齢
- etc.



※測定項目は変更になる場合があります。

自己チェック

まずは自分で健康チェック、あなたはどれからチャレンジしますか？



- ・ 生活習慣チェック
- ・ 認知症自己診断テスト
- ・ お塩の摂り方チェック etc.



健康心配ごと相談コーナー

県立大学の教員や学生、各分野の専門家が、皆様のご相談にお答えします。健康測定での気になる数値、自己チェックや日ごろの生活での不安や疑問など、健康についてのアレコレを気軽にご相談ください。



- ・ 食についてのご相談 (管理栄養士)
- ・ 薬についてのご相談 (薬剤師)
- ・ 体についてのご相談 (看護師) etc.

1階の南部図書館では健康に関するお勧め書籍をご紹介します！



お問合せ

TEL : 054-201-9010 FAX : 054-201-9020

静岡市地域福祉共生センター「みなくる」

MAIL : mina.ccrcc@u-shizuoka-ken.ac.jp

お願い

※駐車場が限られておりますので公共交通機関のご利用にご協力ください。



◆主催：静岡市（地域福祉共生センター、駿河区役所健康支援課）

◆共催：静岡市南部生涯学習センター（指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団）

◆協力：公益財団法人SBS静岡健康増進センター

◆事業受託：静岡県立大学（「ふじのくに」みらい共育センター）

