北区民の血管を守ろうプロジェクト

出張 R7（2025）年度 体を知る日SP スペシャル in 清水

北区役所で偶数月に開催中の「体を知る日」を、開催場所や測定内容を増やして実施します

最近、こんなことありませんか？

☑ 若い頃よりお腹周りが気になってきた
☑ 骨の健康状態や筋肉・体脂肪の量を知りたい
☑ 健康のためのポイントを知りたい　など

そんなあなたは・・・「体を知る日SP」へ

開催日時

令和７年（２０２５年）１０月９日（木）
１３：００～１６：００
最終受付　１５：３０

内容

自覚症状がある場合は医療機関にご相談ください。

・骨ウェーブ測定（手首で骨の健康度を測定）
・血圧測定　・体組成測定（素足で測定）
・ワンポイントアドバイス　・かむ能力チェック

※ペースメーカーなど医用電気機器を利用されている方は、体組成測定はできません。

対象

北区にお住まいの方

利用方法

無料（事前申込不要）

場所

清水公民館　2階ホール
（熊本市北区清水亀井町１４-7）

★骨の健康度
★筋肉量
★内臓脂肪量
もわかる！

キッズスペースあり♡小さいお子様連れも大歓迎！！

「体を知る日」は、「北区民の血管を守ろうプロジェクト」の取り組みの一環です。

問い合わせ：北区役所 保健こども課　☎　０９６－２７２－１１２８
協力：ささえりあ新地・清水高平　清水児童館　清水子育て支援センター