

イキイキ暮らそう！
いつまでも！

測定してみませんか

♪ 講演会

午後1時～2時
4階 講堂

「日々の生活を豊かにする
おいと聞こえの話」

講師 日本橋浜町耳鼻咽喉科
きよ よしゆき

院長 許 芳行 先生

講演会は5月22日(水)から6月5日(水)
までに、電話でお申込みください。



健康増進

7エア

日時

令和元年6月7日(金)
正午～午後3時

場所

日本橋保健センター 1階ビィ・4階

♪ 測定コーナー

1階

- 骨密度測定
※素足で測定します。
- 筋肉量、体脂肪率測定
※素足で測定します。
- 血圧測定
- 足指力測定 (転倒原因
となる下肢筋力のチェック)
※素足で測定します。



4階

- 加速度脈波計による
血管年齢測定
- 呼気一酸化炭素濃度測定
(タバコの影響度チェック)

測定結果による保健指導等
(足指力測定以外)

♪ 普及啓発コーナー

6月は食育月間

みんなで食育
「食べよう野菜350」
～1日5皿の野菜料理～

- 元気な骨づくり・
- 子どもの事故予防
- 自殺予防
- 区民健診・がん検診
歯科健診の案内
- 介護予防コーナー



毎月19日は
食育の日

♪ 相談コーナー

正午～午後2時

- 医療相談 (日本橋医師会)
- 歯科医療相談 (お江戸日本橋歯科医師会)
- くすりと健康の相談 (日本橋薬剤師会)



♪ 歯と口の健康週間

さわやかな口元をサポート！
～お口の健康度測定～

- お口の潤い度測定
- 唇と舌の動き測定
- 飲み込む力の測定

♪ 問合せ先 日本橋保健センター

3661-5071

住所: 日本橋堀留町1-1-1

主催: 中央区・中央区日本橋保健衛生協会
後援: 日本橋医師会・お江戸日本橋歯科医師会・日本橋薬剤師会

