

その脂肪、ほんとうに
いりますか？

無料身体 測定会

今年も開催！！

日時： **12月16日(火)**
午後1時30分～3時30分

1

ベジチェック®

(野菜摂取量が手のひらで簡単にわかる！明治安田生命さんとコラボ！)

2

塩分と野菜摂取の バランスは？

(尿検査によるナトカリ比計測)

3

体脂肪率や筋肉量、 内臓脂肪も！？

(体組成、血圧、腹囲 など)

対 象 令和7年度に健診を受けられた74歳までの市民
*市の健診でなくても可
場 所 ハピネスふくちやま2階 機能訓練室
定 員 30人
申込締切 12月10日(水)まで *先着順
申し込み時に受付時間を案内します。(時間指定制)

★KENPOSポイント付与対象イベント

申込先 福知山市役所 健康医療課 電話：23-2788 FAX：23-5998