

データヘルスで家族みんなの 「健やかさ」を応援します

「データヘルス計画」は<医療><保健><介護>などの各種データをもとに加入者の健康対策を効果的に実施し「健康寿命の延伸」と「医療費の適正化」を図るための計画です。



昨年も
大好評!

『健康美磨女の集い』 参加者募集!

女性の健康をアンチエイジングから考える「集い」です。特定健診結果を生かしてご自身の「健康美^{みが}磨き」をお手伝いします。

対 象：40歳以上の女性（市内在住）

（ただし国保または協会けんぽ加入者で2年以内の健診受診済み者）

と き：11月25日（土） **受付**：午後0時30分～（2時間半程度を予定）。申込み者数により受付時間を2部制とする場合があります。申込み者には、詳細の受付時間などをあらかじめ案内します。

と ころ：高浜市かわら美術館 1階ホール・スタジオほか

内 容：

「簡易測定体験」（体組成計・血管年齢）

「教えて！健康とアンチエイジング」（管理栄養士講話）

「アンチエイジング」のための日常生活見直し相談

（管理栄養士・看護師・保健師）

「バレエエクササイズ」体験で姿勢改善にチャレンジ！

（市内バレエ教室講師）

「私の姿勢の見直し体験<体幹チェック>」（カイロプラクター）

「フェイスお肌ケア」体験会（市内スキンケアアドバイザー）

「ワンポイントメイクアドバイス」（ビューティアドバイザー）など

定 員：30人（定員になりしだい締切）

申込方法：電話またはメールで申込み

申込期間：10月26日（木）～11月10日（金）

※事前申し込みが必要です。申し込まれた方には、後日ご案内を
付します。

※受診済み健診結果の写しの提供をお願いします。

※当日「特定保健指導」（予約制）も実施予定です。

協 力：全国健康保険協会 愛知支部（協会けんぽ）

かわら美術館・スギ薬局・鷹巣由佳（フォトアーティスト）・ビーポイントふじ

レストランOm i・刈谷豊田総合病院高浜分院・総合健康カイロセボーネ

YASUKO BALLET 内藤秘子

申込・問合せ先 困市民窓口グループ ☎52-1111（内線279）

Eメール：shimin@city.takahama.lg.jp