

「脳とからだの健康チェック」 を受けてホコタッチ（歩行計） をもらいましょう!

希望者
追加募集!

- ◆と き 平成31年2月22日(金)午後 または 23日(土)午前
(所要時間は1人2時間30分程度です)
- ◆と ころ いきいき広場2階 いきいきホール
- ◆対 象 平成31年4月1日時点、60歳以上（昭和34年4月1日以前生まれ）で、脳とからだの健康チェックを受けたことがない市民（要介護1～5認定者は除く）
- ◆参加費 無料
- ◆申込方法 いきいき広場内健康推進グループ（☎52-9873）へ電話で連絡してください。
- ◆申込締切 平成31年1月15日(火)



●「脳とからだの健康チェック」とは…

認知症のリスクを早期に発見する健康チェックです。高浜市と国立長寿医療研究センターが共同で実施します。所要時間は1人2時間30分程度です。

認知機能検査



体力検査



質問調査



体組成



- ・自分の認知機能や体力がわかる検査が受けられます!
- ・受診後に、検査結果をまとめたレポートが郵送されます!
- ・受診者にはホコタッチを渡します!



●「ホコタッチ」とは…

身に付けることで歩行速度や歩数などがわかり、消費カロリーや歩行生活年齢などの評価を確認することができる歩行計です。

各健康自生地で読み取り機にタッチすると、訪問ポイントが付与されます。100ポイント貯まるごとに、ホコタッチ用電池や入浴剤などのプレゼントがもらえます。



対象年齢を1年拡大し、追加で受診希望者を募集します!

すでに4,000人以上の方が、「脳とからだの健康チェック」を受け、ホコタッチを持っています。前回申込みを忘れてしまったという方も、ぜひ申し込んでください!

問合せ先 [いきいき](#) 健康推進グループ ☎52-9873 (受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分)