

「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
100人以上
募集!

- ◆実施時期 年明けごろ
- ◆実施場所 いきいき広場（予定）
- ◆対象 平成30年4月1日時点、60歳以上（昭和33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
- ◆応募方法 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。
- ◆応募締切 9月28日（金）

※希望者が100人に満たない場合は、健康チェックの実施およびホコタッチの新規配布は行いません。

※応募いただいた方へは、後日、

- ①「脳とからだの健康チェック」の実施の有無
- ②実施する場合は、実施日時・場所のお知らせ、希望日の調査などをご連絡します。



●「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2時間半程度です。

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お渡しします！



●「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。



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。ぜひこの機会に健康チェックを受けて、ホコタッチをもらい、積極的に外出しましょう！

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）