

この機会に自分のカラダを
チェックしませんか!?



費用
無料

令和
8年度

達者 de
たっしやで

健康相談

けん

こう

そう

だん

要予約

南部町健康センターでは、毎月「血圧・体組成・血管年齢・骨密度」などの
各種測定を行っているほか、「保健師・管理栄養士による健康についてのご相談」も
お受けしています。また、「健康器具(ルームランナー・エアロバイク)」も
ありますので、ぜひご利用ください。

健診を受けた方は、
最新の健康診断結果を
お持ちください。



場所

南部町健康センター
2階 運動指導室

利用
時間

9時30分～12時
13時30分～16時30分

予約
方法

健康相談・健康器具ともに下記
お問い合わせ先へお申し込みください。

当日予約最終受付時間/15時

内容

① 健康相談&各種測定

1人当たり45分程度 (内容により時間変更あり)

- 健康・栄養相談
(食育SATシステムも利用できます)
- 血圧、体組成(体脂肪や筋肉量等)
血管年齢、骨密度
などの各種測定



食育SAT
システム体験

フードモデルを
選んでセンサーに
乗せるだけで、
栄養価計算とその
食事のバランスが
チェックできます。

② 健康器具利用

1人当たり20分 (ルームランナー、エアロバイク)

※内履き、水分をご持参ください。

令和8年度 達者 de 健康相談 日程表

月	日	
4月	20日(月)	27日(月)
5月	11日(月)	25日(月)
6月	8日(月)	22日(月)
7月	6日(月)	27日(月)
8月	3日(月)	24日(月)
9月	7日(月)	28日(月)
10月	5日(月)	26日(月)
11月	9日(月)	16日(月)
12月	7日(月)	21日(月)
1月	12日(火)	25日(月)
2月	8日(月)	22日(月)
3月	8日(月)	15日(月)

