

# 菊の里地区健康フェア

菊の里地区  
以外の方も  
大歓迎!

～とくとく健診・後期高齢者健診合同開催～

健診は、自覚症状のない早期の段階から、病気を発見することができます。  
毎年受診して、定期的に健康をチェックしましょう!  
(お楽しみコーナーもあるので、ぜひご家族・ご友人を誘ってお越しください)

日時

R6 **9/6** (金)

受付  
時間

**13:30～14:30**

場所

菊水元町  
南町内会館

(菊水元町 7条 2丁目 6-5)

## とくとく健診・後期高齢者健診

持ち物：健康保険証・受診券

費用：国民健康保険の方→**600円**  
後期高齢者の方 →**400円**

\*住民税非課税世帯の方は**無料**です!

健診内容：血液検査・血圧測定・検尿  
身体計測・問診・心電図検査 (希望者)

※健診は約1時間で終わります。  
混雑状況により時間が前後する場合があります。

※軽めの朝食を取り、健診までの飲食物 (水は摂取可)  
は控えましょう。



病院や普段の健診では  
測定できない!  
今回特別!

## 無料健康測定

### ☆血管年齢測定

…血流の状態から、あなたの血管年齢をずばり測定!

### ★ベジチェック

…手のひらをセンサーにあてて、野菜摂取が足りているかチェック

### ☆骨密度測定

※裸足で測定しますので、靴下でお越しください。

…かかとに超音波をあてて、同年齢の方と比べて骨が強いチェック!



## お楽しみコーナー

●無料ブース

いも餅・かき氷 ご提供!

※なくなり次第終了



## 相談コーナー

健康のこと、介護のこと  
気軽にご相談ください。



〈主催〉白石区第2地域包括支援センター  
白石区介護予防センター菊の里  
白石区保健福祉部保健福祉課保健支援係、  
健康・子ども課健やか推進係  
白石区社会福祉協議会

〈協力〉SOMPO ひまわり生命保険 (株) 札幌第二支社

〈お問い合わせ先〉  
白石区保健福祉部保健福祉課保健支援係  
011-861-2450

SAPP  
RO

さっぽろ市  
02-Q03-24-1450  
R6-2-1023