

## 健康情報 定期便

～健康情報をお届けします～

令和5年2月1日 vol.16

発行 北広島市健康推進課

電話 011-372-3311(内1222)

テーマ「保健センターで健康セルフチェックしませんか」

市役所1階保健センターに健康測定機器を常設しています。市役所にお越しの際にはぜひ保健センターにお立ち寄りご利用ください。



### 全自動 身長・体重計

身長・体重を同時に測定します。手すりもあるので安心です。

### 高精度型 体組成計

機器に裸足で立つと、体重・筋肉量・骨量・体脂肪率などを測定します。

※ペースメーカーをつけている方は利用できません。

### 血管機能測定

一般的な血圧計と同じ方法で血管の硬さを測定します。

### 自動血圧計

血圧と脈拍を測定します。

### 物忘れ相談 プログラム

アルツハイマー型認知症に至る前段階の「物忘れ」をテストします。

結果は全て印刷されます。測定結果については、気軽に保健師や管理栄養士にご相談ください。

定期的にご利用すると健康状態の変化を確認することが出来ます。



開設日時：平日9時～17時

手指消毒にご協力ください。