

# 令和6年度健康テラス健康チェック予定表

常設機器:中央保健センター健康テラスに置いてある機器です。  
**追加機器:**健康の日(毎月11日)だけ、設置する機器です。



日付	時間	場所	予約開始日	追加機器	
健康の日	4月11日 (木)	9:00~12:00	中央保健センター	3/15(金)	・血管年齢 ・自律神経チェッカー
	5月11日 (土)	9:00~12:00	中央保健センター	4/14(金)	・血管年齢
	6月11日 (火)	9:00~13:00	中央保健センター	5/15(月)	・骨元気度(手首)
健康文化週間	7月11日 (木)	9:00~13:00	中央保健センター	6/15(木)	調整中
健康の日	8月11日 (祝・日)	9:00~12:00	ララパーク げんここルーム	予約不要	・ベジチェック ・体組成計
	9月11日 (水)	9:00~12:00	中央保健センター	8/15(火)	・自律神経チェッカー
	10月11日 (金)	9:00~12:00	中央保健センター	9/15(金)	・足指チェッカー
	11月11日 (月)	9:00~13:00	中央保健センター	10/16(月)	調整中
	12月11日 (水)	9:00~12:00	中央保健センター	11/15(水)	・骨元気度(手首)
	1月11日 (土)	9:00~13:00	中央保健センター	12/15(金)	・自律神経チェッカー
	2月11日 (祝・火)	9:00~13:00	中央保健センター	1/15(月)	・塩分チェック ・足型測定器
	3月11日 (火)	9:00~13:00	中央保健センター	2/15(木)	・血管年齢 ・美肌年齢

## 申込方法

①希望する時間帯(30分おき) ②氏名 ③住所 ④生年月日 ⑤電話番号を、電話またはFAXで中央保健センターへ直接申し込むか、ホームページの『健康づくりの講座またはイベントの申込み』からオンライン申請してください。

【お問合せ】 伊勢市健康課 電話 0596-27-2435 FAX 0596-21-0683

※詳しくは広報いせの『健康づくり通信』のコーナーをご覧ください

常設機器の紹介



健康づくりの講座またはイベントの申込み二次元コード



ホームページの健康テラスの紹介二次元コード