

令和8年度

家族健康フェスティバルin阿智祭

健康測定会



お子さんやお孫さんと一緒に楽しみながら
体力年齢をチェックしてみませんか？

日時

11月8日（日）
9時から15時

場所

阿智祭
保健センター2階

※12時から13時は受付時間外

測定内容 ★はお子さんも体験できます。

①インボディ測定

体脂肪、筋肉量、基礎代謝などチェック

※当日予約制
※村民対象
※50名限定



②健康チェック★

○骨密度測定
○脳血管年齢測定
○足の握力測定…
(足指年齢を測定し、
ゲーム感覚でトレーニング)

③健康運動指導士の相談

自分の身体の状態にあった
運動をアドバイスします



※足の握力測定

④ベジチェック★

手をかざして、野菜
摂取量をチェック

⑧のうKNOW

アプリを使って、脳
の健康度をチェック

⑤サンアイブース

アプリを使って、
歩き方をチェック



※最終糖化物質測定

⑥明治安田健康増進 アクションブース

○最終糖化物質…
(数十秒で老化物質を測定)
○骨ウェーブ…
(超音波で骨の強さを測定)
○笑顔チェック…
(口角や上唇などから笑顔
の点数やランキングを表示)

⑦健和会病院 体力測定ブース

○立ち上がりテスト
○2ステップテスト
○ファンクション
リーチ
○理学療法士による
体力測定＋相談

※参加者にはふくまるくんポイント、お子様にはプレゼントをご用意しております。

問い合わせ

阿智村 保健センター

TEL

0265-45-1230

受付時間

8:30～17:15（土日祝日を除く）