

イキイキ暮らそう！
いつまでも！

♪ 講演会

午後1時～2時
4階 講堂

「ぐるぐるめまい、
ふわふわめまいのメカニズム
～めまいがおきたら？
めまいのリハビリとは？～」

人形町耳鼻咽喉科めまいクリニック
院長 岩崎 朱見 先生

講演会は5月22日(火)から6月6日(水)
までに電話でお申込みください。



健 康 増 進

7 E A

日時

平成 30年 6月8日 (金)
正午～午後3時

場所

日本橋保健センター 1階ビロイ・4階

測定してみませんか

♪ 測定コーナー

1階

- 骨密度測定
※素足で測定します。
- 筋肉量、体脂肪率測定
※素足で測定します。
- 血圧測定
- 足指力測定 (転倒原因
となる下肢筋力のチェック)
※素足で測定します。



4階

- 加速度脈波計による
血管年齢測定
- 呼気一酸化炭素濃度測定
(タバコの影響度チェック)

測定結果による保健指導等
(足指力測定以外)

♪ 普及啓発コーナー

6月は食育月間

みんなで食育
「食べよう野菜350」
～1日5皿の野菜料理～

毎月19日は
食育の日



- 元気な骨づくり
- 子どもの事故予防
- 自殺予防
- 区民健診・がん検診・
歯科健診の案内



♪ 相談コーナー

正午～午後2時

- 医療相談 (日本橋医師会)
- 歯科医療相談 (お江戸日本橋歯科医師会)
- くすりと健康の相談 (日本橋薬剤師会)

♪ 歯と口の健康週間

さわやかな口元をサポート！
～お口の健康度測定～

- お口の潤い度測定
- 唇と舌の動き測定
(発音・食べるチカラのチェック)

♪ 問合せ先 日本橋保健センター

3661-5071

住所: 日本橋堀留町1-1-1

主催: 中央区・中央区日本橋保健衛生協会
後援: 日本橋医師会・お江戸日本橋歯科医師会・日本橋薬剤師会

