

イキイキ暮らそう！  
いつまでも！

測定してみませんか

### ♪ 講演会

午後1時～2時  
4階 講堂

「日々の生活を豊かにする  
おいと聞こえの話」

講師 **日本橋浜町耳鼻咽喉科**  
きよ よしゆき

院長 **許 芳行 先生**

講演会は5月22日(水)から6月5日(水)  
までに、電話でお申込みください。



健 康 増 進

7 エ ア

### 日時

令和 **元年** 6月7日(金)  
正午～午後3時

### 場所

日本橋保健センター 1階ビィ・4階

### ♪ 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～

- 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
- 介護予防コーナー



毎月19日は  
食育の日

### ♪ 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
- 飲み込む力の測定

♪ 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

