

# 11月14日は健康チェックの日

## ～女性のための健康チェック～

予約制です

11月には下記の3項目の健康チェックを重点に行います。

チェック  
しませんか？

- 期 日：11月14日(日)
- 受付時間：10:00～11:00、13:00～15:00
- 所要時間：1人当たり40～60分程度



◎お問い合わせ、お申し込みは.....

富山県国際健康プラザ(愛称:とやま健康パーク)

富山市友杉151番地 TEL:076-428-0809 FAX:076-428-0831

【測定料金】1,040円(割引価格)スタジアム料金含まず。

当日、受付で現金でお支払いください。※健康スタジアムの利用はせず、健康チェックだけでもOKです。

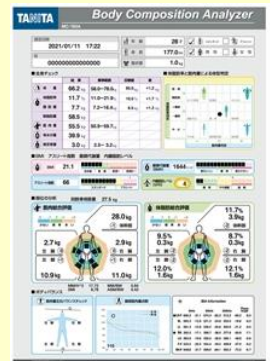
### ①骨密度チェック

かかとの骨に超音波を当てて骨の密度を測定します。 ※対象年齢:20歳以上



### ②体型チェック

体重及び体脂肪率や筋肉量等を測定し、体型を判定します。 ※対象年齢:18歳以上

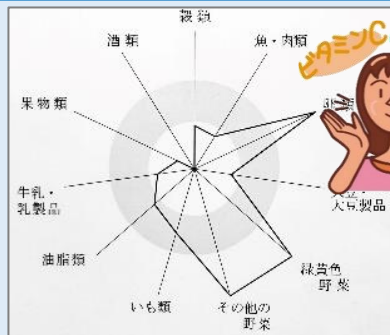


※ベースメーカー装着の方は①②は測定できません。

### ③貧血チェック&食事バランスチェック

指先でヘモグロビン(血色素)推定値を測定します。また、チェックシートで食習慣・食事バランス等をみます。

※対象年齢:20歳以上



指先で  
チェック!

次回のご案内.....

- ・12月健康チェックの日 12月18日(土)冬場の健康チェック①
- ・1月健康チェックの日 1月10日(月)冬場の健康チェック②