

健康チェックで、今の身体を知ろう！
国保加入者のための
健康づくりセミナー

&
健康測定会

**参加費
無料**

2025年11月15日(土)

13:00 ▶ 15:30
(受付: 12:30~)

会場 **銚子市保健福祉センター2階会議室**

参加資格 **40歳から74歳銚子市国民健康保険加入者
(先着50名)**

申込方法 **お電話または申し込みフォームまで
〆切: 10月31日(金) ※要予約**



✓ **第一部: セミナー**

【生活習慣病予防のための食事等について】

講師: 日本医薬総合研究所 管理栄養士

✓ **第二部: 健康測定会**

【健康チェックで、今の身体を知ろう】

● **測定機器**

野菜摂取度測定 AGES 血管年齢 骨健康度

※AGESとは...食事で過剰に摂取した糖とカラダを構成しているタンパク質とで生成される最終糖化(老化物質)のこと
AGESは、肌の老化、血管の老化、骨の老化など、様々な老化現象に関わっていると考えられています。

お申込み・お問い合わせ

銚子市役所 市民課 保険年金室



0479-24-8955

受付時間: 平日 8:30~17:15