

健康チャレンジ

# からだ

家族も  
参加OK!



# チェックウィーク

check week



8/21月▶25金

事前申込み不要

いつもの健康診断とは違う方法で自分のからだをチェックしてみませんか？

共済組合では下記の日程で測定会を行います。食生活や運動と関係のある検査を通して生活習慣を見直しましょう！！

事前の申込みは必要ありません。測定を希望する方は、実施日時に測定場所までお越しください。

## 測定項目

※ 測定の推奨年齢は18歳以上です。



### 血管年齢

指先の動脈の血流量を赤外光センサーで測定します。



### 骨密度

手首で測定します。



### ベジチェック

手のひらで野菜の摂取量を測定します。



### 肌年齢

電極に頬と手のひらを接触させて測定します。

## 実施日時・場所

日時	場所
① 8月21日(月) 13:00~15:30	天神前分庁舎 3階 (香川県教育委員会健康福利課内)
② 8月22日(火) 10:30~16:00	サンメッセ香川 (中会議室)
③ 8月23日(水) 13:00~16:00	丸亀市市民交流活動センターマルタス (多目的ホール 2)
④ 8月24日(木) 10:00~16:00	綾歌総合文化会館 アイレックス (大研修室)
⑤ 8月25日(金) 9:30~12:00	マリンパレスさぬき (瀬戸 B)

測定された組合員の方にはヘルスサポート事業で健康グッズ等と交換できる**健康ポイント (300pt)** を付与します。(測定回数に関係なく、期間内1回のみ)