



「血管年齢」 測りませんか？

大釜南自治会夏祭り会場で保健師による健康相談を行います！

＜ご自分の「血管年齢」をご存知ですか？＞

指先を使って数分で、血管年齢を測定できます！！

生活習慣病は、血管の老化から始まると言われています。

ご自身の血管年齢を知り、健康づくりにぜひお役立てください。

その他、ご家庭のみそ汁（スープ）の塩分測定も行います。

塩分のとりすぎは、高血圧（生活習慣病）の原因のひとつです。

この機会に、ぜひ塩分濃度を測ってみませんか。



日時: 令和7年8月10日(日) 16時～20時

会場: 大釜多目的広場(大釜地区コミュニティーセンター向かい)

持ち物: 自分の家のみそ汁やスープ(おたま一杯分)
健康手帳(お持ちの方)

方法: 持ってきた汁物に、塩分測定器
「減塩くん」を浸すだけ!

減塩くん→



※塩分濃度測定は、数秒で簡単にできます!



大釜南自治会と市役所が連携し、地域の健康づくりに取り組んでいます。
ぜひ、健康相談へお気軽にお立ち寄りください!



お問い合わせ
滝沢市 健康づくり課
担当: 川口
TEL: 656-6527(直通)