

# 健康チェック・健康講座

寄居町×明治安田

町の健康課題である脳血管疾患対策の一環として、健康チェックを実施します！  
参加をきっかけに、ご自身の生活習慣の改善につなげていきましょう！  
今年度は、健康チェックと同日に、健康に関する様々なテーマで健康講座も開催します。  
定期的な健康チェックを習慣にして、ご自身の健康づくりにお役立てください。

## 健康チェックのみ実施する日

開催日：6/26(木)、12/23(火)、2/24(火)  
時間：10:00～12:00 (11:30受付終了)  
場所：役場1階ロビー  
対象：町民の方  
内容：血圧測定、血管年齢測定、推定野菜摂取量測定、  
塩分チェック、健康に関する情報提供等 ※内容は変更となる場合があります。

費用無料  
申込み不要



## 健康チェックと一緒に健康講座を開催する日

費用無料  
申込み必要！

日程：

回数	月日	時間	場所	内容
①	6/4 (水)	13:30～15:00 (質疑応答等含む)	保健福祉総合センター 2階 会議室	知って備える！ もしものときのがん講座
②	7/30 (水)	※健康チェックは 講座の前後で実施 13:00～13:20	男衾コミュニティセンター 会議室A,B・多目的ホール	「睡眠」と「健康」の 知恵袋講座
③	1/15 (木)	15:00～15:30	役場 6階 会議室	からだのなかから元気に いきいき血管講座 (予定)

対象：町民の方

定員：各講座40人 (申込順)

講師：明治安田生命保険相互会社 職員

申込み：健康講座の参加には、申込みが必要です。

下記の期間に、電子申請または電話で健康づくり課へお申込みください。

- ① 5/14(水) 9:00 ～ 5/30(金) 正午まで
- ② 7/14(月) 9:00 ～ 7/25(金) 正午まで
- ③ 12/17(水) 9:00 ～ 1/9(金) 正午まで

町公式HP  
電子申請



その他：この講座は、明治安田生命保険相互会社の営業目的ではなく、当日営業活動は行いません。

健康チェック：健康チェックは申込み不要で参加できます。

内容は「健康チェックのみ実施する日」と同様ですが、塩分チェックは実施しません。

＼ 気軽にご参加ください！ ／

# 健康チェック・健康講座

寄居町×明治安田

町の健康課題である脳血管疾患対策の一環として、健康チェックを実施します！  
参加をきっかけに、ご自身の生活習慣の改善につなげていきましょう！  
今年度は、健康チェックと同日に、健康に関する様々なテーマで健康講座も開催します。  
定期的な健康チェックを習慣にして、ご自身の健康づくりにお役立てください。

## 健康チェックのみ実施する日

開催日：6/26(木)、12/23(火)、2/24(火)  
時間：10:00～12:00（11:30受付終了）  
場所：役場1階ロビー  
対象：20歳以上の町民  
内容：血圧測定、血管年齢測定、推定野菜摂取量測定、  
塩分チェック、健康に関する情報提供等 ※内容は変更となる場合があります。

費用無料  
申込み不要



## 健康チェックと一緒に健康講座を開催する日

費用無料  
申込み必要！

日程：

回数	月日	時間	場所	内容
①	6/4 (水)	13:30～15:00 (質疑応答等含む)	保健福祉総合センター 2階 会議室	知って備える！ もしものときのがん講座
②	7/30 (水)	※健康チェックは 講座の前後で実施	男衾コミュニティセンター 会議室A,B・多目的ホール	「睡眠」と「健康」の 知恵袋講座
③	1/15 (木)	13:00～13:20 15:00～15:30	役場 6階 会議室	からだのなかから元気に いきいき血管講座（予定）

対象：20歳以上の町民  
定員：各講座40人（申込順）  
講師：明治安田生命保険相互会社 職員  
申込み：健康講座の参加には、申込みが必要です。

下記の期間に、電子申請または電話で健康づくり課へお申込みください。

- ① 5/14(水) 9:00 ～ 5/30(金) 正午まで  
② 7/14(月) 9:00 ～ 7/25(金) 正午まで  
③ 12/17(水) 9:00 ～ 1/9(金) 正午まで

町公式HP  
電子申請



その他：この講座は、明治安田生命保険相互会社の営業目的ではなく、当日営業活動は行いません。

健康チェック：健康チェックは申込み不要で参加できます。

内容は「健康チェックのみ実施する日」と同様ですが、塩分チェックは実施しません。

お問い合わせ

寄居町健康づくり課

〒369-1292 寄居町大字寄居1180番地1  
☎048-581-8500