

「ふらっと♪」スケジュール

| 健康情報・イベント情報 | | 場所 | 海津総合福祉会館 ひまわり | 海津温泉 宙舟の湯 | 海津市 エコドーム 周辺施設 | ヨシヅヤ 海津平田店 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|
|  詳しくは 海津市HPで 確認 | | 時間 | 午前9:00～ 11:30 午後1:30～ 4:30 | 午前10:00 ～ 午後4:00 | 午前9:00 ～ 午後3:00 | 午前9:00 ～ 午後3:00 |
| 7月 | 適度なお酒で、心も 体もにっこり笑顔 アルコール | | 11日 (金) | 24日 (木) | 20日 (日) | 1日 (火) |
| | | | アルコールパッチによる体質チェックが受けられます | | | |
| 8月 | やさいの日 たっぷり 野菜 しっかり減塩 やさいの日 食中毒 | | 12日 (火) | 28日 (木) * | 17日 (日) | 5日 (火) * |
| 9月 | 適度な運動、心も体も 若々しく、健やかに 認知症・がん予防 | | 19日 (金) | 25日 (木) | 21日 (日) | 2日 (火) |
| 10月 | 相談しよう、薬のこと、 健康のこと 薬と健康 | 健診結果を 一緒に確認 しましょう | 15日 (水) | 23日 (木) | 5日 (日) | 7日 (火) |
| 11月 | 見直そう健診結果、 未来に向けて改善を 糖尿病予防 | | 21日 (金) * | 27日 (木) | 16日 (日) * | 4日 (火) * |
| 12月 | 冬の感染症、早めの 対策、健康維持のカギ インフルエンザ予防 | | 15日 (月) | 25日 (木) | 21日 (日) | 2日 (火) |
| R8 1月 | 心のリズム、日々の 検脈で確認しよう 高血圧・心臓病予防 | | 13日 (火) | 22日 (木) * | 18日 (日) * | 6日 (火) * |
| 2月 | 女性の健康 心も体も、 ゆっくりリフレッシュ 骨粗しょう症予防 | | 10日 (火) | 26日 (木) | 15日 (日) | 3日 (火) |
| 3月 | ストレス解消、趣味を 楽しむ 心にゆとりを こころの健康 | | 11日 (水) * | 26日 (木) * | 15日 (日) * | 3日 (火) * |

*印の日は明治安田の健康機器による測定イベントあります