

2026年度

東北地区健康教室



体に関する色々な項目の測定を通して、
ご自身の健康状態をチェックしてみませんか？



開催日

2026年
10月8日(木)

受付時間

9時30分～12時30分

場所

東北会館
(中央区北2条東2丁目)
TEL 011-251-8118

対象者

東北地区にお住まいの
65歳以上の方

参加費

無料

申込方法

申込書を下記の窓口を持参するか、
お電話・FAXでお申し込みください。

東北・東まちづくりセンター
(開所時間：平日 8時45分～17時15分)
(TEL：011-241-1696、FAX：011-241-1693)

申込締切

2026年
9月24日(木)

実施内容

各種測定、健康相談



身長



握力



足指力



酸素飽和度



イン・ボディ
(体成分分析※)



骨密度



ベジチェック



血管年齢



健康相談

※イン・ボディはペースメーカーを装着している方など
測定できない場合があります。

※測定項目は予定であり、変更となる場合があります。

※イラストはイメージのため、実際の機器と異なる場合があります。

主催：東北地区社会福祉協議会、東北地区福祉のまち推進センター、東北連合町内会福祉部

協力：中央区保健福祉部、中央区社会福祉協議会、中央区第1地域包括支援センター、
介護予防センター北一条

切り取り線

申込書 (2026年10月8日：東北地区健康教室)

氏名		年齢	歳	電話番号	
住所				所属町内会	町内会