

図書館で気軽に

健康チェック！

9月25日(木)
10:00～12:00

予約不要
無料

佐世保市立図書館 3階 視聴覚室
(佐世保市宮地町3-4)



ベジチェック

手のひらをセンサーにかざすだけで、
1日の推定野菜摂取量を測定できます



血圧測定

血圧を測り、自分の血管の状態を知りましょう



健康相談

栄養や歯(口腔)の相談を受けることができます
食改さんによる食育体験コーナーもあります



セルフチェック

乳房モデルで乳がんのしこりをチェックしたり、
がんのリスクチェックができます

参加された方には、**粗品をプレゼント**

さらに…



なげさき健康づくりアプリ



登録の方はポイントを進呈します

～お気軽にお立ち寄りください～

| 問い合わせ先 | 佐世保市役所健康づくり課

電話:(0956)24-1111(内線5533・5534)