

自身の健康と環境の健康について考える

りんご生産者向けQOL健診

無煙炭化器実演会

の開催について

令和 **6** 年 **3** 月 **12** 日 **火**

市ではりんご産業を支えている生産者の皆様が、いつまでも健康的に活躍していただくために、「りんご生産者向けQOL健診」をきっかけとした健康啓発の仕組づくりに取り組んでいます。この度、約20分で健康測定から結果説明までを行うQOL健診（簡易版）を開催します。

また、りんごの剪定枝を炭化できる無煙炭化器の実演会も開催します。生成された炭を土壌施用することで、大気中の二酸化炭素の放出の抑制や、土壌改良につながります。

いずれも、参加費は無料ですので、この機会に自身の健康と環境の健康について考えてみませんか。

会場		弘前市りんご公園	弘前市大字清水富田字寺沢125
QOL健診 (簡易版)	りんごの家 2階研修室	10:00~12:00 ※この時間内に随時健診を受けられます。	
無煙炭化器 実演会	りんご公園内 園地	1回目(中サイズ) 9:00~10:00 2回目(大サイズ) 11:00~12:00 ※実演会に参加を希望される方は、各回の開始時間前にりんごの家前にお集まりください。各回の終了時間前に生成された炭をご覧ください。なお、荒天の場合は中止となります。	

募集人数

30名

募集対象

18歳以上のりんご生産関係者

検査項目

①血圧 ②体組成 ③ベジチェック ④立ち上がり

※当日Web問診も実施します。詳しくは、裏面をご覧ください。

申込方法

健診申込書を会場にご用意しておりますので、

当日申込書をご記入いただき健診を受診できます。

健診申込書を右の二次元コードよりダウンロードし、

当日ご持参いただいてもかまいません。



申込締切

~~令和6年2月26日(月)~~

**事前申込をせずに
当日参加できます！**

申込先 : 弘前市 りんご課 企画推進係 TEL : 0172-40-0482

この度は、QOL健診（簡易型）にお申込みいただき、ありがとうございます。
当日は、以下の点にご留意のいただき、ご参加くださいますようお願いいたします。

1. 当日は、測定が終わりましたら、健康教育（集合形式）の受講をお願いいたします。

2. 測定項目について

- ① 問診 ② 血圧 ③ 体組成 ④ ベジチェック
⑤ 立ち上がりテスト



3. 服装等について

- (1) ワンピースなど上下つながっている服や、パンティストッキングの着用は、お控えいただきますようお願いいたします。
(2) 軽い体力測定がございますので、**動きやすいシューズ（運動靴）**でお越しくださいますようお願いいたします。

4. お持ち物について

事前に配布しております「QOL健診参加申込兼同意書」をご持参いただき、当日、受付へご提出をお願いいたします。