



第3回「ヘルスチェック体験会」



を開催します!

みなさん「野菜」足りてますか?
 その後、野菜は食べていますか?
 指先の冷えは気になっていませんか?
 今の自分・その後の自分を知るチャンスです。

<日時>

令和5年3月15日(水)

11:00~14:00

<場所>

ヒロロ3階 イベントスペース

<内容>

すべて無料

・ベジチェック体験

野菜摂取レベルを30秒でチェック

※アンケートにお答えいただいた方には
「食改さんおすすめレシピ集」をプレゼント
 (初回の方のみ)

・毛細血管観察

指先で体調をチェック



【その他、下記の健康チェックもできます。】

- ・体組成測定
- ・血管年齢測定
- ・血中酸素濃度測定

※新型コロナウイルス感染症の感染状況等より、
 内容の変更又は開催中止となる場合がありますので、
 市のホームページでご確認ください。

お問合せ先: 弘前市健康増進課
 37-3750