



アル・プラザ敦賀

健康ステーション

アル・プラザ敦賀6階フードコート内

✦7月の健康づくりイベント✦

7月16日(水)10時～11時30分

<場所> ふらっとぷらっと スタジオ

<内容>

♪薬剤師の健康相談(先着順)

カドノ薬局 角野雅之先生



日頃、感じている

お薬についての疑問などの相談に
薬剤師がお応えします!

♪足指力測定

転倒リスクをチェック!



イベントに参加された方には、健康アプリポイントを10ポイントプレゼント!

体組成・血圧測定

体組成や血圧を測定できます!
体組成計では、筋肉量や体脂肪の状況を確認できます。定期的に測定し、健康管理に役立てましょう!

健康情報の掲示

健康情報を1～2か月毎に内容を変えて掲示します。各期間中に来所いただくと、健康アプリポイントを20ポイント獲得できます。(各期間1回)

健康ステーションをスタート地点とした店内ウォーキングコースもあります。来所いただくと、健康アプリポイントを1日2ポイント獲得できます!

最新情報は
アプリでチェック!



敦賀市健康アプリ
敦とんあるこ



左のQRを読み込んで
無料ダウンロード!

令和7年度 アル・プラザ敦賀 健康づくりイベント

実施月日	曜日	内容
5月21日	水	ベジチェック、管理栄養士の栄養相談会 
6月18日	水	簡易フレイルチェック、脳の元気度チェック(長寿健康課) 
7月16日	水	薬剤師の健康相談会、足指力測定
8月20日	水	敦とんウォーク、理学療法士の運動指導
9月17日	水	血管年齢測定、保健師の健康相談会
10月15日	水	理学療法士の個別相談会
11月26日	水	お口の健康チェック
12月17日	水	塩分チェックと減塩のお話
1月21日	水	簡易フレイルチェック、脳の元気度チェック(長寿健康課)
2月18日	水	敦とんウォーク
3月18日	水	健康測定(自律神経チェッカー、AGEsセンサ、骨ウェーブ)

日程、内容は変更になる可能性があります。
詳細は別途お知らせします。

