参加 **無料**

予約優先

楽しく健康状態を知ろう

Quality of life health check
QOL健診
青森市 × 弘前大学

QOL健診

QOL健診とは、青森県の短命県返上を目的とした、弘前大学COIで開発された「生活の質を向上させる健診プログラム」です。

令和7年9月18日(木)

10時00分～15時00分
（14:30受付終了）

青森市役所
本庁舎 1階ロビー
（青森市中央1－22－5）

10:00～
主催者・来賓挨拶
青森市長　西　秀記
弘前大学　特別顧問　中路　重之　様

10:10～
QOL健診　開始

申込方法 ▶▶▶ 令和7年9月17日(水)までに、電話でお申し込みください。
青森市保健所 健康づくり推進課 ☎ 017-718-2942

測定項目

血圧

立ち上がりテスト

体組成

推定野菜摂取量
（ベジチェック®）

＋ **結果説明と生活習慣のアドバイス**（スタッフがその場で結果を御説明します。）

オプション

上記のほか右記測定項目等もございます。

握力

骨健康度（骨ウェーブ®）

専門相談（要予約）

御相談内容に応じて保健師、栄養士又は管理栄養士が対応します。

当日、御参加いただいた方のうち、**先着50名様**に**野菜ジュース**をプレゼント