

# 高石市国民健康保険特定健診 & 健幸づくりイベント

健診を受けてイベントで楽しもう！

TAKAISHI  
健診  
JAM 2024

11/23  
土・祝

高石市国保特定健診

9:30~13:00

健幸づくりイベント

10:00~13:00

場所 アプラたかいし  
3階大ホール・ギャラリー

健幸づくりイベント参加

ポイント  
参加者限定  
!!

100 ポイント

※受付で所定用紙への記入が必要です。

予約不要・参加無料

＼おひとり参加！親子～シルバー世代、皆様大歓迎！／

今年も残りわずか!! 健診JAMに参加して1年を元気に締めくくろう!!

## 健幸づくりイベント

### スギ薬局プレゼンツ 健康測定会

関西、中部、北陸、関東エリアで1,700店のドラッグストアを展開するスギ薬局の協力のもと、身体状態をチェックできる測定会と健康相談窓口。

- 内容：1.骨密度測定や体組成（筋肉量、脂肪量）計測  
2.健康相談窓口：管理栄養士による健康相談

※先着順にご案内。健康相談窓口は12:20終了。 ※混雑状況により、人数制限や相談の時間制限がある場合がございます。  
※裸足で測定しますので、裸足になりやすい服装でお越しください。



会場案内図

階段



ギャラリー

エスカレーター

アプラ大ホール

ホワイエ

受付

受付を済ませてから  
ご参加ください

高石市国民健康保険  
特定健診

高石市健康づくり  
推進事業  
ケンコム  
「kencom」  
案内登録会



### 健幸ブース

健康をテーマとした製品・サービスを体験いただけます。

クラフトワークショップ



こころとからだに、  
おいしいものを。

DyDo



### ケアピっと



ずっと愛わらぬ やさしさも。  
牛乳石鹸



詳しくは裏面へ

# 健幸ブース

会場：ギャラリー



## ケアピッと 姿勢測定をしよう

ここからだに、おいしいものを。



アンケートに答えて  
ドリンクをもらおう



羽衣国際大学食物栄養学科  
による  
フードモデルを使った  
食生活診断

健康をテーマとした  
製品・サービスを  
体験いただけます

健診JAMに参加して  
プレゼントGET



※イメージです。  
※おひとり様1回限り1点。  
先着順・数に限りがございます。



※写真はイメージです

## タイル フォトスタンドを作ろう

※写真はイメージです

- 時間：①10:30～11:20 ②11:40～12:30
- 定員：各部10人 計20人

参加方法

当日10時～整理券を受付にて配布します。先着順なくなり次第終了。  
整理券はおひとりさま1枚までとなります。  
各部開始の5分前までに、会場へおこください。

NEW

令和6年10月23日

## 健康アプリ

### ケンコム「kencom」運用開始

アプリを活用した  
健康づくり推進事業の一環です

歩数や体重などのライフログ記録や  
健康情報配信、イベント参加・ポイントGET・  
健康行動によるキャラクター育成など、  
「楽しみながら、健康に。」をテーマに  
“あなたのための”仕組みを備えています。



案内登録会

- 持ち物：ご自身のスマートフォン
- 対象：高石市国民健康保険加入者満19～74歳の方  
(令和6年4月～令和7年3月満19歳)

会場：ギャラリー

# ワークショップ

会場：ギャラリー

## 高石市国民健康保険特定健診

会場：大ホール前 ホワイエ

健診費用：無料  
(令和6年度内1回)

■対象者：高石市国民健康保険又は後期高齢者医療制度ご加入の方

■持ち物：

昭和60年4月1日～平成2年3月31日 生まれの高石市国民健康保険ご加入者	40歳以上の高石市国民健康保険又は 後期高齢者医療制度ご加入者
①国民健康保険被保険者証	①特定健康診査受診券 ②国保又は後期高齢者医療被保険者証

■検査内容：血液検査・血圧測定・尿検査・身体測定・診察・問診  
20以上の生活習慣病のリスクがわかり医師とも相談できます!



同日開催

## 健幸フェスティバル&高石マルシェ

※詳細は11月広報や健幸フェスティバルのチラシをご確認ください。



## 次回開催予告!!

3月20日(木・祝)アプラたかいし!!! (予定)

健康に関する様々な企画を検討中!ぜひご家族・お友達とご参加ください。

※プログラムは追加/変更になる場合があります。※本イベント関係者が撮影録画等を行う場合がございます。利用の際は個人が特定できないよう加工等を行います。あらかじめご了承ください。※お子様だけの参加はできません。18歳以上の同伴者の方とお越しください。※待ち時間が生じる場合がございます。

お問い合わせ先はこちら

健幸イベント

高石健幸リビング・ラボ運営事務局

お電話：072-242-3927

特定健診

高石市役所健幸増進課 健幸増進係

お電話：072-275-6381

健幸ポイント

高石市役所健幸増進課 健幸増進係

お電話：072-267-1161

