

2018年度

「女性の健康週間」実施報告

3月1～8日は女性の健康週間です。

当センターでも、女性の健康づくりを目的として、

3月1日（金）～3月29日（金）に女性の健康週間を行いました。

キャンペーン期間中の主な内容をご報告いたします。



3月1日トキハわさだタウンにて 女性の健康週間 1日イベント開催



血管年齢測定・血圧測定

指先で測定できる器械を使って、血管年齢を測定しました。

血管年齢測定は約 100 名、血圧測定は約 20 名の方が実施されました。



《参加者の声》

自分の血管年齢にびっくり!!

健康・栄養相談

保健師、管理栄養士による健康・栄養相談を行いました。

健診予約も含め、24 名の方の相談がありました。



《参加者の声》

健診を受けようと思いつながら、そのままになっていました。
健診予約もできてよかった!



健康・健康情報チラシ配布

女性の健康に関する健診・健康づくり情報のチラシを 250 名の方に配りました。

女性が不足しやすい栄養素を補うためのレシピ集配布

センター管理栄養士考案のレシピ集（ふりかけ付）を配布しました。



まとめ

今回は初めて「トキハわさだタウンで1日イベントおよびチラシ配布」を行いました。

特設ブースには多くの方に来ていただき、イベントは好評でした。今後も多くの方に向けて女性の健康に関する知識の普及啓発を行い、健康づくりにつなげられるよう取り組んでいきたいと思っております。