

おおいた健診センター主催

Let's健活

当センターでは健診と栄養・運動講座を組み合わせた教室を実施しております。
いきいきとした毎日のために健康について楽しく学びませんか？

実施期間：2025年10月～2026年3月

※実施人数、日程についてはお問い合わせください

健活とは：健康維持を目的とした活動のことです

健康を**知る**！……健康診断で健康状態をチェック

健康を**作る**！……栄養講座・運動講座で健康づくりの知識を習得

健康を**続ける**！……日常生活に健康づくりを組み込み、習慣化

● 当日のスケジュール

指定の場所（公民館など）へお迎え …… ※朝食を9:30までにすませ、
その後は水・お茶以外の飲食をしないようにしてください。

13:00 おおいた健診センター着
健康診断
健康ランチ & 栄養ミニ講話

14:30 運動講座 & 実技指導

15:00 健診センター発
指定の場所（公民館など）へお送り



※写真はイメージです



● 費用

送迎 …… 無料

運動講座 …… 無料

栄養講座 …… 無料

健診

…… 受診券に記載のとおり
その他は**実費**

健康ランチ

…… 600円

※市民健診・特定健診・
定期健診程度の健診を
必須とします

● お申し込み・お問い合わせ先



おおいた健診センター

TEL:097-569-2211

センター所在地 大分市 大字宮崎1415番地 ※国道10号線沿い 主な近隣施設：アルメイダ病院等