

ヒロロでQOL健診

にご参加いただく皆様へ

この度は、QOL健診にご参加いただき、ありがとうございます。
当日は、以下の点にご留意いただきご参加くださいますようお願い申し上げます。

当日は、健康度測定をした後、結果説明を受けていただきます。
所要時間は約1時間を予定しています。

測定項目

項目	注意事項
①問診	記入した「生活習慣問診票」を持参し、受付に提出してください。
②だ液（口腔）	検査を希望される方のみ実施します。 <u>詳しくは下記をご確認ください。</u>
③血圧	
④ベジチェック	
⑤身長・体重	
⑥体組成	
⑦内臓脂肪	ペースメーカーが入っている場合は測定できません。
⑧骨密度	ペースメーカーや金属が体内に入っている、金属アレルギーがある、妊娠中または妊娠の可能性がある場合は測定できません。
⑨立ち上がり	かかとを骨折したことがある場合は測定前にお知らせください。
⑩2ステップ	
⑪握力	

□ だ液検査は希望制です。希望される場合は、当日受付にてお知らせください。

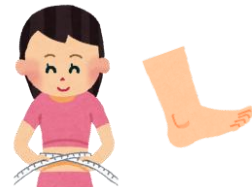
※ だ液検査では、だ液を採取します。正しい検査のため、健診の**1時間半～2時間前**から検査までは**飲食、洗口、うがい、喫煙をしない**で来場してください。

※ だ液検査の希望者が多い場合、結果が出るまでお時間をいただくことがありますので、あらかじめご了承ください。



服 装

測定には、少し**おなかを出したり、はだし**になっていただくものがありますので、上下つながっている服やストッキング等は避けてください。



持ち物

- ・生活習慣問診票（記入したもの）
- ・内履き（会場内土足厳禁、運動ができるもの）



【お問い合わせ先】

弘前市健康こども部健康増進課
健康づくり総合推進係
TEL 0172-37-3750