

“健康都市かぬま”の健康増進月間 2025



とき 令和7年9月1日～9月30日(土日祝除く)
場所 鹿沼市役所 1F 鹿沼市今宮町 1688-1

事前予約と当日受付

体験コーナー

骨密度測定・健康相談

日 時 9/1(月)～9/5(金)
10時～14時半 土日祝除く
定 員 事前予約 各40名、当日先着20名
方 法 踵(かかと)の両側から超音波を当て、踵骨の骨量を測定します。



自律神経チェック

日 時 9/17(水)～9/19(金)
10時～14時半
定 員 事前予約 各40名、当日先着20名
方 法 センサーに指をのせて、ストレス度・自律神経活性度を測定します。



ベジメータ SE

日 時 9/24(水)～9/30(火) 土日祝除く
10時～14時半 (最終日は12時)
定 員 事前予約各40名、当日先着20名
方 法 指で野菜の摂取量を測定します。



血管年齢測定

日 時 9/17(水)・9/18(木)
9/24(水)～9/30(火) 土日祝除く
10時～14時半 (最終日は12時)
定 員 事前予約 各40名、当日先着20名
方 法 センサーに指をのせて、血管の老化度合いを採点します。



ブレインチェッカー

日 時 9/18(木)・9/19(金)
10時～14時半
定 員 事前予約 各30名、当日先着10名
方 法 認知機能の状態を測定し、認知症予防のきっかけづくりを支援します。



骨ウェーブ

日 時 9/24(水)～9/30(火) 土日祝除く
10時～14時半 (最終日は12時)
定 員 事前予約各40名、当日先着20名
方 法 手首で骨の健康度を測定します。



相談コーナー



10時～14時
(12時～13時を除く)

健康相談(県西健康福祉センター) 9/8(月)

助産師さんの子育て相談 9/9(火)

ひなたぼっこ(自死遺族会)

おくすり相談
(薬剤師会) 9/11

引きこもり相談
(あかりてらす) 9/12

フレイル予防(フレイルチェック)
9/16(火)・9/22(月)

その場で検診予約受付します 9/1(月)～9/30(火) 最終日は12時

体験コーナー
申込方法

①インターネットによる事前予約

②当日受付 (当日受付は人数、時間指定があります)

事前予約
QR

【協力団体】上都賀郡南部地区医師会、鹿沼歯科医師会、鹿沼薬剤師会、栃木県国保連合会、栃木県子育て・女性健康支援センター、県西健康福センター、あかりテラス(社会福祉協議会)、遺族会、ホトトギス会、食生活改善推進員会、
【協力企業】明治安田生命保険相互会社鹿沼営業所、(株)バイタルネット、慶應義塾大学