

# 職場の健康づくり お手伝いします



対象 砺波市内の企業、団体様



## 期間限定メニュー

測定体験 令和7年8月～令和8年1月



※ カゴメ「ベジチェック®」  
数十秒で野菜充足度を測定できます。

## 職場への取り組みの目的

働いている方は忙しくて、多少調子が悪くても頑張ってしまうがちです。

砺波市では、糖尿病および糖尿病予備群の方が増えています。また、若い世代では野菜摂取量が減少しています。

私たちは、この砺波で働いている方が健康に働き続けられるよう、お手伝いできればと考えています。

## テーマ

- 1 これならできる生活習慣病予防
- 2 健康の入口のお口  
病気とお口は深い関係にある
- 3 こころ疲れていませんか？

時間 20分～1時間程度  
(所要時間等は可能な範囲でご要望に応じます。)

## 申込方法

申込書を記入し、FAXまたはメールでお申し込みください。  
様式は、砺波市健康センターホームページからダウンロードできます。



<申込み・問合せ>  
砺波市健康センター

砺波市新富町1番61号(市立砺波総合病院北棟2階)  
電話 0763(32)7062 FAX 0763(32)7059  
メール kenko@city.tonami.lg.jp

あなたの職場に伺います



(R7)