

お散歩ついでに
健康チェック!

参加無料

申込不要

所要時間
30分程度

お気軽に
ご参加ください!



プレゼント
あります

各ブースをまわるだけの
簡単なスタンプラリーに
ご参加いただくと

減塩食品
お試しセット
プレゼント



令和8年度 はぼろ 健康 まつり

10.8(木)

13:30 ▶ 16:00

場所：羽幌町すこやか健康センター

うす味ってどれくらい?
家と比べてどう違う?

減塩みそ汁
試飲会

+

ご自宅のみそ汁ご持参で
塩分測定も可能!

手のひらを
30秒センサーにかざすだけで
野菜が足りているかわかる!

ベジチェック

食改さんおすすめ
野菜たっぷり
レシピ配布

手の汚れ気になりませんか?
よく眠れていますか?

手指ふき取りテスト
&睡眠・飲酒習慣
セルフチェック

あなたの筋肉量や
体のバランスがわかる!

運動機能・体組成
チェック
&体操ゲーム

子どもから大人まで
誰でも楽しめます!

主催：羽幌町健康支援課保健係

共催：北海道留萌振興局（るもい健康意識啓発推進事業）

協力：羽幌町食生活改善協議会

お問い合わせ先

TEL:0164-62-6020

羽幌町すこやか健康センター内
健康支援課保健係
(羽幌町南6条3丁目14番地)

