

令和6年度 健康増進センター（ヘルシーナ）健康度測定日程表

身体測定・体力測定・運動負荷検査等おこない、その結果から医師・管理栄養士・健康運動指導士によるカウンセリングをおこないます。

		健康度測定実施日				
		第1週目	第2週目	第3週目	第4週目	第5週目
4月	水曜日		10日	17日	24日	
	土曜日			13日	20日	
5月	水曜日			15日	22日	29日
	土曜日		11日	18日	25日	
6月	水曜日		5日	12日	19日	26日
	土曜日		8日	15日		29日
7月	水曜日		10日	17日	24日	
	土曜日	6日	13日		27日	
8月	水曜日		7日		28日	
	土曜日			17日	24日	31日
9月	水曜日		4日	11日	18日	
	土曜日		7日			
10月	水曜日		9日	16日	23日	
	土曜日	5日		19日	26日	
11月	水曜日		6日	13日	20日	
	土曜日	2日	9日	16日		
12月	水曜日		4日	11日	18日	
	土曜日		7日	14日	21日	
1月	水曜日			15日	22日	29日
	土曜日		11日		25日	
2月	水曜日		5日	12日	19日	
	土曜日		8日	15日	22日	
3月	水曜日		5日	12日		
	土曜日		8日	15日		
		①	②			
水曜日	17:50～		18:20～			
土曜日	12:50～		14:20～			

※健康度測定は、曜日によって開始時間が異なります。（目安：2時間30分～3時間程度）

※空き状況に関しては、受付またはお電話にてお問い合わせください。