

無料!

出張！ 食事バランスチェック & 体組成測定



予約不要
どなたでも参加OK!

令和7年

9/17 水

10:00-15:30

食事バランスチェック



実物大のフードモデルを選んでお食事のバランスが
チェックできる体験型の食事診断を実施します
診断結果を踏まえて管理栄養士がアドバイスします

体組成測定 (インボディ)

ご自身の体組成を測定し、
体重やBMIだけではわからない
体の過不足を測定できます

※素足で測定します

※ペースメーカー装着の方は
ご体験できません



直接会場にお越しください

場所

赤坂地区総合支所
1階 会議室
(港区赤坂4-18-13)

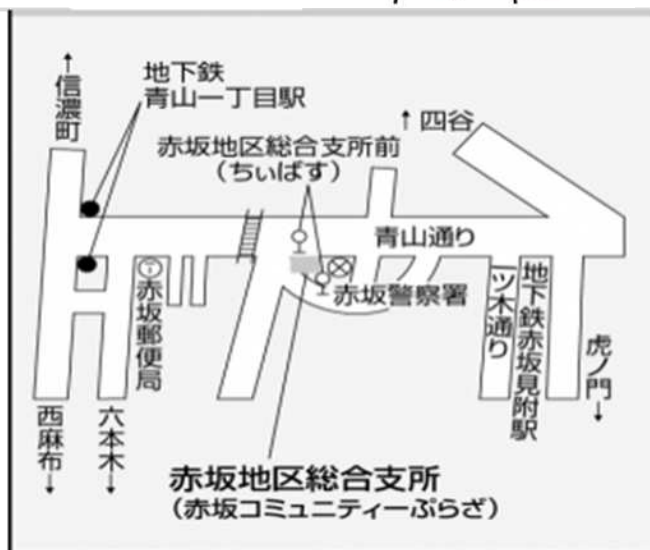
電車

地下鉄 銀座線・丸の内線
「赤坂見附駅」A出口 徒歩8分

地下鉄 銀座線・半蔵門線・大江戸線
「青山一丁目駅」4番出口 徒歩10分

バス

港区コミュニティバス(ちいばす)
赤坂ルート、青山ルート
「赤坂地区総合支所前」徒歩0分



問合せ

港区 みなと保健所 健康推進課 健康づくり係

☎ 03-6400-0083