

出張!

食事バランスチェック



野菜摂取量測定 体組成測定

予約不要

どなたでも 参加OK!

令和7年

無料

10/17 金

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

野菜摂取量測定 (ベジメーター)

指を挟むだけで野菜の
摂取量が足りているか
どうか分かります



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
わからない体組成の
過不足を測定できます



*ペースメーカー装着の方は、ご体験できません
*素足で測定します

会場

麻布いきいきプラザ 集会室A

港区元麻布3-9-6

直接会場にお越しください

バス

港区コミュニティバス(ちいばす)

麻布東ルート「鳥居坂下」バス停 徒歩7分
麻布西ルート・田町ルート

「麻布十番」バス停 徒歩7分

都営交通

(都06)新橋～渋谷 (橋86)新橋駅～目黒駅
(反96)五反田駅～六本木ヒルズ

いずれも「麻布十番駅前」バス停 徒歩10分

電車

地下鉄

日比谷線「六本木駅」1番出口 徒歩15分

都営地下鉄

南北線「麻布十番駅」4番出口 徒歩10分

大江戸線「麻布十番駅」7番出口 徒歩10分

問合せ

みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 ☎ 03-6400-0083