



輪島市

北陸大学
HOKURIKU UNIVERSITY

参加無料

北陸大学

健康フェア
in 輪島2025.10.19(日) 13:00-16:00 の間で
ご都合の良い時間にお越しください。in 輪島市ふれあい健康センター
(輪島市河井町2-287-1)

血圧測定

普段から自分の血圧を把握しておくことは、健康維持にとっても役立ちます。高血圧症状がないか確認しましょう。



酸素飽和度測定

生きるために必要な酸素。健康であるために必要な酸素が、十分に体に供給されているかどうか確認してみましょう。



骨量測定

骨を構成しているカルシウムなどの量（骨量）を測り、骨の強度を調べます。骨粗鬆症対策は早期発見が大切です。



筋肉量・体脂肪量測定

体の筋肉や脂肪、水分のバランスをInBodyで測定します。体の状態をチェックし、健康維持に役立てましょう。



柔軟性・チェック、エクササイズ指導

簡単なカラダの柔軟性・筋力チェックを行い、それらに基づくオススメエクササイズをお伝えします。



骨のこと何でも相談

専門家の教員が骨の健康相談を担当します。骨粗鬆症予防や薬との付き合い方など、気軽にご相談いただけます。



10月20日は『世界骨粗鬆症デー2025』

世界骨粗鬆症デーは、国際骨粗鬆症財団と世界保健機構が共同により骨粗鬆症と骨代謝障害の啓発を目的として制定されました。「世界中から骨粗鬆症による骨折をなくす」ことを目標に世界規模でキャンペーンを展開しています。今年は以下のキャンペーンを実施予定です。

●ブルーライトアップ [会場] 金沢城公園石川門 [日時] 10月20日(月) 日没～22:00

主催／北陸大学、輪島市
協力／金沢骨を守る会、公益財団法人骨粗鬆症財団
後援／北国新聞社、北陸放送

【お問い合わせ先】

北陸大学地域連携センター

〒920-1180 石川県金沢市太陽が丘1-1 ☎ 076-229-6111