

予約不要

# 未病センター

逗子市役所で気軽に測定しませんか？

- 体組成計で筋肉量や内臓脂肪レベルなど体の状態を**見える化**
- 血圧計、血管年齢計、握力計、立ち上がりテスト台で**健康&体力チェック**

**時間** 9:00～12:00、13:00～16:00（開庁日のみ）

**場所** 逗子市役所1階市民ホール

**利用方法** 予約不要。直接未病センターにいらしてください。

無料



※逗子アリーナ内の未病センター（利用料：1回300円トレーニングルーム利用料金含む）に関するお問い合わせは、逗子アリーナまで TEL:046-870-1296

要予約

# 健康栄養相談

保健師や管理栄養士が、皆様の健康づくりに関するご相談をお受けし、ご家庭での健康管理をお手伝いします。

**時間** 9:00～12:00、13:00～16:00（開庁日のみ）

**対象** 逗子市在住の方

**場所** 市役所1階未病センターまたはオンライン

**方法** おひとり30分程度、予約制（無料）

**申込** 国保健康課まで、電話・ファクス・Eメールまたは直接窓口でお申し込みください。

※オンラインをご希望の方はEメールにてお申し込みください。

問い合わせ先：逗子市福祉部国保健康課健康係  
 電話 046-873-1111（代）FAX 046-873-4520  
 メール [kenkou@city.zushi.lg.jp](mailto:kenkou@city.zushi.lg.jp)

