

令和7年度 まちあい保健室 年間予定表

【問い合わせ先】

坂出市地域包括支援センター（☎44-5091）



まちあい保健室は、日頃から気になっている食生活や運動について、気軽に相談できる窓口です。

管理栄養士、保健師があなたのお悩みを改善するお手伝いをします。



健康チェックを実施しています

5月：骨密度測定

（測定の際、素足になります）

8月：パタカ測定

（発音のチェックをします）

11月：足指力測定

（踏ん張り力を測定。素足になります）

2月：体組成測定

（筋肉や体脂肪を測定。素足になります）



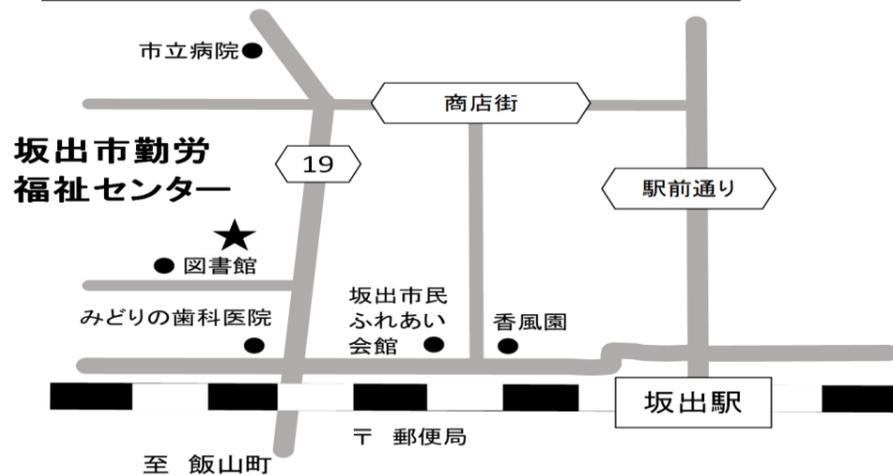
※予約・定員制です。

詳しくは実施する月の前月の市広報をご覧ください。

坂出市勤労福祉センター

金曜日 13:45～15:45

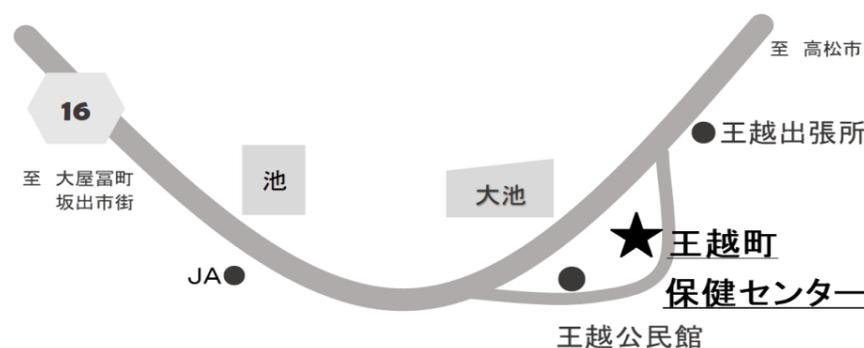
5月 9日	10月 10日
6月 13日	11月 14日
7月 11日	12月 12日
8月 8日	2月 13日
9月 12日	3月 13日



王越町保健センター

金曜日 9:15～11:15

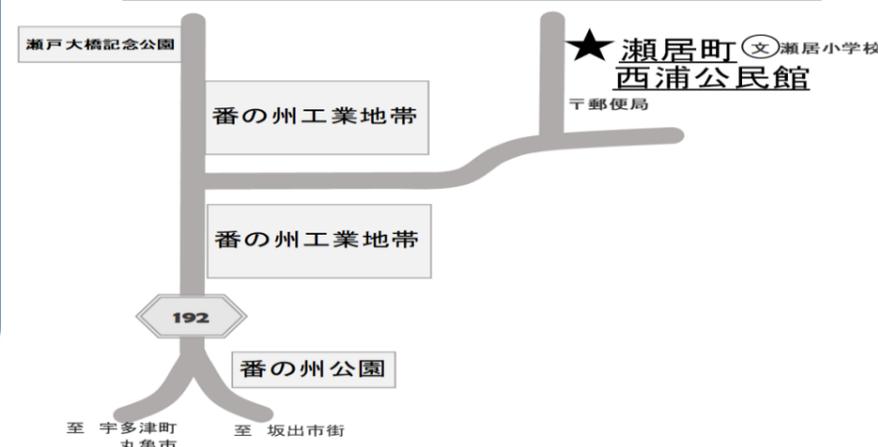
5月 9日	10月 10日
6月 13日	11月 14日
7月 11日	12月 12日
8月 8日	2月 13日
9月 12日	3月 13日



瀬居町西浦公民館

火曜日 11:00～11:30

5月 13日	11月 11日
8月 12日	2月 10日



金山集会所

水曜日 9:15～11:15

5月 14日	10月 8日
6月 11日	11月 12日
7月 9日	12月 10日
8月 13日	※2月 9日
9月 10日	3月 11日

※は月曜日になります

