建設国保 健康ウォーカー

2026年11月号
神奈川県建設連合
国民健康保険組合
保健課　市川

土建横浜戸塚支部　流しそうめん＆健康チェック



8月23日(日)組合事務所で26人測定を行いました。流しそうめんが行われ、併せて血管年齢測定、血圧、握力、棒反射による測定を行いました。天然の竹を使用した、お手製の流しそうめんはなかなか体験出来ない機会となり、子供から大人まで大好評でした。パートナーの会の皆さんがたくさんのそうめんをゆでてくれました。かなりお腹いっぱいになりました。測定では、血管年齢の結果から健康診断への声かけや、運動を始めるきっかけとなりました。組合には禁煙ポスターが掲示されており、禁煙に成功された方もいました。スイカ割りも行い、夏休み最後のイベントとして、子供達にとっても良い夏の思い出となったと思います。





血管年齢測定も行われました







流しそうめんのカーブは塩ビ管です。

