



# 市民の皆さまの健康づくりに役立つ

# 健康教育物品の貸出しのご案内

健康づくりに役立てていただくための健康器具等の貸出しを行っています。ぜひ、ご利用ください。

## ◆利用できる人

高岡市内の地域住民、市民団体、企業、学校等が主催する概ね10人以上の集会等が対象です。ただし、営利目的の催し等は除きます。

## ◆貸出しの流れ

- ・事前に電話での仮予約を受け付けますが、借用書の提出をもって正式な予約とします。また富山県電子申請サービスからもお申込みいただけます。
- ・貸出期間は、5日間程度までとさせていただきます。延長を希望される場合はご相談ください。
- ・健康増進課窓口で貸出し・返却とし、持ち運びは申込者でお願いします。
- ・返却時に、報告書の提出をお願いします。

## ◆注意事項

- ・貸出希望が重なった場合は、調整させていただきます。

## ◆貸出用健康器具等一覧表

|   |  |  |
|---|--|--|
| 自動血圧計   |  |  |
| 体重体組成計  |  |  |
| 体脂肪計  |  |  |
| 乳房模型 (乳がん早期発見のための自己検診の啓発)   |  |  |
| のぼり旗 (がん検診受診の啓発)  |  |  |
| のぼり旗 (「健康たかおか10か条」: 食事、運動、休養等についての啓発)                                       |  |  |
| 歩数計   |  |  |
| ハンドスピーカー  |  |  |
| C D 「げんき高岡はつらつ体操」「高岡名所めぐり体操」「健康たかおか」「健康たかおか10か条音頭～沖縄三線ver～」 「健康たかおか10か条ソング」 |  |  |
| DVD 「げんき高岡はつらつ体操」「高岡名所めぐり体操」「健康たかおか10か条体操」「健康たかおかストレッチ体操」                   |  |  |
| 体力測定グッズ (開眼片足立ち、握力、5m歩行)  |  |  |
| レクリエーショングッズ (スカットボール、輪投げ等)  |  |  |
| パネル   | パネルの主な内容   |  |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○健康たかおか◎10か条</li> <li>○食生活</li> <li>○がん予防</li> <li>○歯の健康</li> <li>○たばこ関係</li> <li>○生活習慣病予防</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○運動・身体活動関係</li> <li>○メタボリックシンドローム関係</li> <li>○こころ・ストレス関係</li> <li>○血圧・脈拍関係</li> <li>○体脂肪率・BMI 関係</li> </ul> <p>など</p> |



お問合せ・申込先

高岡市健康増進課 健康づくり係

〒933-0045 高岡市本丸町7番25号 (保健センター内)

TEL 20-1345 / FAX 20-1347