

八戸市

QOL健診



QOL*健診は、弘前大学が開発した、即日2時間で測定・結果通知・健康教育までを行うコンパクト型の健診プログラムパッケージです。メタボ・ロコモ・口腔保健・うつ病・認知症をテーマに健診し、健康づくりについて楽しく学ぶことができます！

*QOL(クオリティ・オブ・ライフ)：「生活の質」のことで、「その人らしく充実した生活を送る」という意味です。

参加無料

2時間で 結果がわかる！



体組成



握力



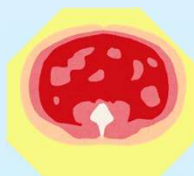
立ち上がりテスト



血圧



2ステップ



内臓脂肪



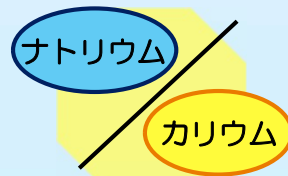
推定野菜摂取量



骨密度



唾液



尿ナトリウム比

※事前に採尿容器を郵送いたします。

開催日時

令和8年11月26日(木)

第1部

9:00～12:00

受付開始 ① 9:00
② 9:30

第2部

13:00～16:00

受付開始 ③ 13:00
④ 13:30

※1部2部の内容は同じです。どちらか一方のご参加となります。

時間		内容
第1部	第2部	
①9:00～ ②9:30～	③13:00～ ④13:30～	受付 ※参加される方の待ち時間を減らすため、 時間をずらして受付いたします。
～11:00	～15:00	受付後、順次測定
11:00 ～11:30	15:00 ～15:30	健康教養 弘前大学名誉教授 中路重之 先生
11:30 ～11:55	15:30 ～15:55	結果説明
12:00	16:00	閉会



講師

弘前大学名誉教授

中路 重之 先生

会場

八戸市総合保健センター 1階

定員

1部・2部とも各50名(※先着順)

※申し込み多数の場合は初回受診者を優先させていただきます。

申込方法

応募フォーム(二次元コード)
よりお申し込みください ▶▶▶

※ご入力いただいた情報につきましては、
QOL健診の運営以外で使用いたしません。



申込期間

令和8年10月19日(月) ～11月5日(木)

お問い合わせ・お申し込み

八戸市保健所 健康づくり推進課 ☎ 0178-38-0710