

News Release

保健福祉部健康増進課長

『まちかど健康度測定会』開催のお知らせ

本市の主催、はこだて健幸プロジェクトの後援により「まちかど健康度測定会」を開催します。まちかど健康度測定会は、市民の皆さんが、気軽に自分の健康状態を知ること、自分の健康に関心を持ち、糖尿病予防など生活習慣を見直すきっかけとすることを目的としております。

なお、標記事業は市立函館高校地域探究学習の一環で、同校の生徒がスタッフとして参加する予定です。

このたび、標記事業を下記のとおり開催いたしますので、取材・報道方よろしくお願いたします。

記

- 1 日時 令和7年10月11日(土) 13:00～16:00
- 2 会場 グランディールイチイ 2階 地域連携ブース
- 3 テーマ 『サルコペニア※』

※サルコペニア：高齢になるに伴い、骨格筋の量が低下し、筋力や身体機能が低下した状態のこと。主な要因は加齢ですが、活動不足や栄養不良が危険因子の1つ。

- 4 結果説明 札幌医科大学医学部社会医学講座公衆衛生学分野 講師 小山 雅之 先生
- 5 申込み 不要
- 6 はこだて健幸アプリポイント付与事業 来場者に Hakobit 150 ポイント付与
- 7 主催 函館市
後援 はこだて健幸プロジェクト

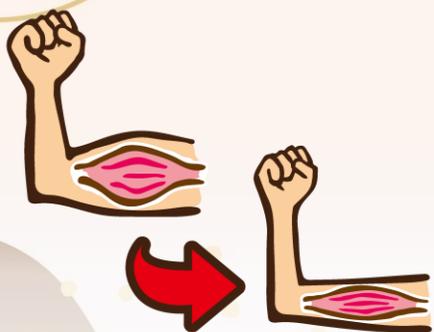
「はこだて健幸プロジェクト」はこだて健康ナビ 市民健康教室 ホームページ

<https://hako-kenko.com/2025/09/18/machikado-kenko/>

【問合せ】函館市保健福祉部健康増進課 32-1515

まちかど健康度測定会

予約不要
無料



今回のテーマは サルコペニア

サルコペニアとは…？

高齢になるに伴い、骨格筋の量が低下し、筋力や身体機能が低下した状態のこと。主な要因は加齢ですが、活動不足や栄養不良が危険因子の1つです。

骨格筋量の低下は、25～30歳ごろから始まり、生涯を通して進行します。

筋力や体組成、歩行測定などで、自身のサルコペニアの状態を知りましょう！

結果説明

札幌医科大学医学部 社会医学講座 公衆衛生学分野

講師 **小山 雅之** 先生

日時

令和 **7** 年 **10** 月 **11** 日 (土) **13:00**～**16:00**

会場

グランディールイチイ 2階 地域連携ブース
(函館市美原1丁目3番1号)

その他

- ・当日は裸足になるので、脱ぎ着しやすい靴でお越しく下さい
※ストッキングでは測定できません
- ・混雑状況によっては途中で受付を終了します
- ・来場者には **Hakobit150ポイント**プレゼント

はこだて健幸アプリ
Hako bit