

# 令和6年度 チャレンジポイント交換と体組成測定のご案内

## ●体組成測定は、1年に一回を目安に行ないましょう



- 各会場は予約制となります。
- 当日は、「バーチャルの旅のマップ、健康づくりチャレンジポイントカード」をお持ちください。
- 体組成測定は、素足で行います。

	日にち	実施会場	時間	申込電話番号
1	4月15日(月)	ひとまちげんき 健康プラザうえだ (上田市中央6-5-39)	13:30~15:00	①
2	7月8日(月)	丸子保健センター (上田市上丸子1600-1)	10:00~11:00	②
3	8月1日(木)	ひとまちげんき 健康プラザうえだ	10:00~11:30	①
4	9月9日(月)	城南公民館 (上田市中之条460)	10:00~11:30	①
5	10月18日(金)	ひとまちげんき 健康プラザうえだ	18:00~19:00	①
6	11月6日(水)	真田保健センター (上田市真田町長7199-1)	10:00~11:00	③
7	12月6日(金)	丸子保健センター	14:00~15:00	②
8	2月13日(木)	川西公民館 (上田市小泉863-1)	14:00~15:30	①
9	3月6日(木)	西部公民館 (上田市常磐城5-4-34)	10:00~11:30	①



予約は、

- ①ひとまちげんき健康プラザうえだ TEL:28-7123
- ②丸子保健センター TEL:42-1117
- ③真田保健センター TEL:72-9007