

Quality of life health check

# QOL健診

無料



10:30-13:30 (最終受付 13:10)

実施場所：ブロッサムホテル弘前1F

その場で結果がわかる!

測定内容 (簡易型)

- ・問診・体組成・血圧
- ・推定野菜摂取量 (ベジチェック®)
- ・立ち上がり

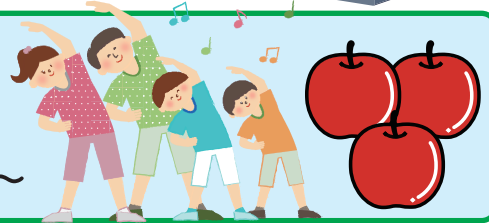
※QOL健診は弘前大学の登録商標です

足の専門家  
フットセラピスト  
エリーの健康体操 (体操)



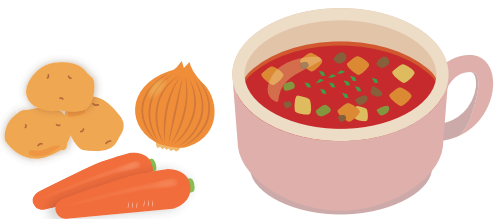
## ●さかいの健康体操

- ・ラジオ体操 10:00 ~
- ・トコ・ドッコイ弘前りんご体操 12:45 ~



## ●野菜スープの振舞あります♡

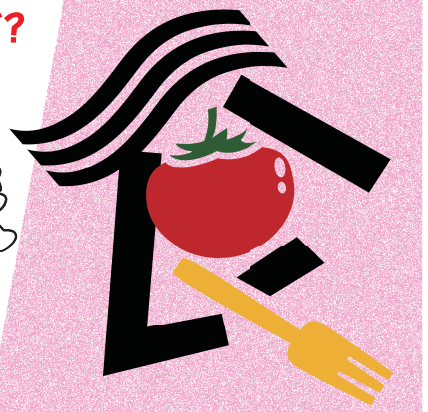
会場では美味しい野菜スープをご用意しております♪



## ●お得に GET するのは誰だ?

### 野菜オークション

13:50 ~



# 動

## ●ウォークラリー



## ●青の焔めきあおもり

### 国スポ・障スポ体験ブース

- ボッチャ体験
- フライングディスク体験
- スポーツウエルネス吹矢



参加無料

## タイムスケジュール

午前の部

- 10:00 受付開始
- 10:15 説明
- 10:30 スタート
- 11:30 ゴール
- 12:30 表彰式

午後の部

- 13:00 受付開始
- 13:15 説明
- 13:30 スタート
- 14:30 ゴール
- 15:30 表彰式

※表彰式が始まるまでの間は、QOL健診 (簡易型) やベジチェック、飲食コーナー、各体験ブースをお楽しみください