

令和
7年度

健康づくり事業 のご案内



参加費
無料

予約不要！

TANOLく！ 出張健康相談

★TANOによる姿勢測定・ゲーム

★健康・栄養・お口の個別相談

日時：①7/7(月)13:30～15:00

②10/30(木)10:00～11:30

場所：昭和福社会館

対象：名古屋市内にお住まいの60歳以上の方



ママのための 健康UP!講座

★健康・歯科・栄養のお話（試食あり）

★赤ちゃんと一緒にヨガ・エクササイズ

★専門医による乳がん講座・個別相談

日時：Aコース(5月)/Bコース(8月)/Cコース(11月)/Dコース(2月)

※各コース2日間。すべて9:20～11:30

場所：昭和保健センター4階

対象：開催月時点で6か月～11か月の赤ちゃんとその母(要予約)



血めぐり改善と 良質な睡眠のための講座

★花王「血めぐり改善と睡眠習慣」講座

★リラックス効果のあるバスオイルづくり

日時：12/1(月)9:30～11:30

場所：昭和保健センター5階 対象：昭和区にお住まいの方(要予約)



事前にお電話を！

こころの健康相談

★精神科嘱託医によるこころの相談

日時：毎週金曜日 午前

場所：昭和保健センター5階

対象：昭和区にお住まいの方(要予約)



歯と口の健康相談

★歯科健診・個別相談

日時：9/4(木) 午前

場所：昭和保健センター4階

対象：名古屋市民(年齢制限なし・要予約)



各事業の詳細は昭和保健センターホームページ
をご覧ください！

昭和保健センター 健康づくり

検索



二次元コード

お問合せ：昭和保健センター保健予防課 052-735-3964

令和7年度

昭和保健センター

からのお知らせ



令和6年度は昭和保健センターに設置し大好評！

モーショントレーニングシステム

TANO (タノ) を昭和福祉会館に設置します！

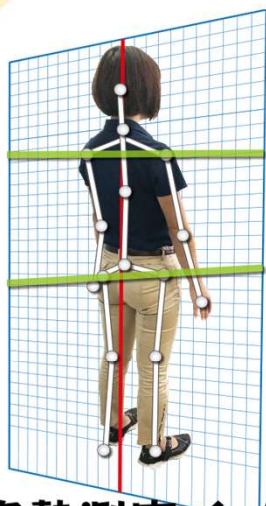
設置期間：令和7年6月2日から令和8年2月28日まで

対 象：名古屋市内にお住まいの60歳以上の方

※名古屋市福祉会館利用証が必要です。初めてご利用の方は住所・生年月日が分かるものをお持ちください。

昭和福祉会館（昭和区御器所通1-6-1） ☎:052-881-0600

TANO (タノ) とは？



姿勢測定イメージ図



センサーの前に立つだけで、簡単に姿勢チェックやさまざまな運動を楽しむことができます。
ぜひお気軽にご体験ください！

地域のイベントや
区民まつりにも設置予定
※年齢制限なし



裏面もぜひご覧ください！