

# いま・みらいのために 知ろう！考えよう！女性の健康

令和8年3月7日(土)女性の健康イベント inうつのみや

会場：宇都宮市保健センター午後1時30分～午後3時30分(受付15分まで)

## 若い頃からの頸動脈エコー検査

【時間】午後1時～午後3時30分  
【対象】市内在住の30～59歳の女性 25名  
【内容】医師による頸動脈検査  
【申込】2月5日より市ホームページにて要予約

## あなたの姿勢どうですか？

協賛：からだ動き回復センター

姿勢チェック&ワンポイントアドバイス

## 歯科相談/ブラッシング相談

かむかむガムで咀嚼チェック・虫歯菌検査  
歯科医師による歯に関する相談  
歯科衛生士によるブラッシングに関する相談



## とちぎマルゴト健康測定

協賛：宇都宮ヤクルト販売株式会社

5つの測定体験会(体組成・野菜摂取度  
骨健康度・血管年齢・疲労ストレス測定)  
※18歳以上



## 助産師ミニサロン

協賛：栃木県助産師会

助産師による育児相談&ハンドマッサージ  
♡フोटスポットあり！記念に1枚どうですか？



## まちの保健室

協賛：栃木県看護協会

看護師による健康相談・血圧測定など

## テクノロジーで支える女性の健康

協賛：株式会社エムティーアイ

フェムテックアプリの紹介  
リーフレットの配布等

## はじめよう！セルフチェック

協賛：NPO法人ピンクリボンうつのみや



乳がん触診モデルを使った「しこり」を体験  
乳がんについてのパンフレット配布

女性に嬉しい♡  
スイーツ試食実施

13時30分～30分間  
ミニエクササイズ  
実施！

3月1日～8日  
女性の健康週間は  
パネル展開催！

【お問合せ】宇都宮市保健センター

宇都宮市駅前通り1-4-6 トナリ工宇都宮9階(休館日：水曜日、祝休日)  
9:00～17:00(入館は16:30まで) TEL 028-627-6666

※無料駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

申込はこちら→

