

人も地球も健康に

**Yakult**

2025年度作成

1,291回実施  
25,320名参加  
2024年度開催実績

# 健康教室のご案内



ヤクルトの **地域貢献事業**



「世界の人々の健康で楽しい生活づくりに貢献します」という企業理念に基づき実施しています。

健陽長寿

人の和

予防医学

地域全体で

健康意識を高め  
地域の繋がり  
笑顔の和を

広めるお手伝いをします



## 【健康教室とは】

おなかの健康に関する話をメインとし、数種類あるプログラムから健康に関する講話をしています。  
ご要望に応じて測定器の貸し出し、体操、レクリエーション(脳トレ)を取り入れて楽しく行っています。

**開催無料!!**  
**お土産付き**



※内容は異なる場合がございます

**測定器**で計測



血管年齢測定 骨健康度測定器  
(その他、ヘモグロビン測定・肌年齢測定)



**管理栄養士**が担当





## 詳細

**日時** 平日10:30～15:00  
土日不可  
30分～1時間半(応相談)

**会場** ご自身で会場の予約をお願いします  
(公民館コミュニティセンターなど)

**講話内容** 「みんなで体腸管理」  
「骨の健康と乳酸菌」  
「あなたの血管は健康ですか」  
その他 季節に応じたプログラムなど

**人数** 10人以下の**少人数～OK**  
**上限なし**

## 測定器



要予約  
大人数の場合要相談  
1つの会場に1種類を1台貸出

### 1. 骨健康度測定器

使用  
方法



### 2. 血管年齢

使用  
方法



### 3. ヘモグロビン

使用  
方法



## 【流れ】

ご要望に応じて内容や時間、順番等を変更できます。ご相談ください。  
(20～30人規模の一例)

### 講話

約40～50分



### 体操

約10分



ご希望の場合実施

### 測定

約30分



ご希望の場合実施

参加者様からの  
嬉しいお声

お土産と測定器が  
本当にうれしいです！

普段の生活から  
できることを教えて貰ったので、  
ぜひ実践してみたいと  
思いました！

ご予約はこちらから

お電話

HPお問い合わせ  
フォーム

メール

健康教室専用ダイヤル 052-908-8961

受付時間(土・日・祝日除く9:00～17:00)

ご好評につき

**開催日4～5か月前までに**

ご連絡いただけるとご希望日に沿いやすいです。

kanri-eiyoushi@nagoya-yakult.co.jp

