

東報健発第 1151 号  
令和 7 年 9 月 19 日

事業主 各位

東京都報道事業健康保険組合  
理事長 林 恭一

### 第 37 回健康管理委員連絡会「健康フェスティバル」の開催について

当組合の事業運営につきましては、日頃から格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当組合では、組合員の皆さまの健康づくりに役立つ情報をお届けすることを目的として、毎年、健康管理委員連絡会（近年は主にオンラインセミナーを開催）を実施しているところです。

そこで、今年度は、健康管理委員並びに健診ご担当者の皆さまにお集まりいただき、「健康フェスティバル」を開催することといたします。

当日は、「スポーツクラブメガロス日比谷シャンテ店」を利用し、簡単なテストでご自身の運動機能の状態を確認する「ロコモ度チェック」や、認知症への知識・理解を深める「認知症 AR 体験」等を実施する予定です。（詳細は別紙「第 37 回健康管理委員連絡会～健康フェスティバル～」リーフレットをご覧ください。）

つきましては、業務ご多忙のこととは存じますが、趣旨ご理解いただき、貴事業所の健康管理委員並びに健診ご担当者のご出席について格別のご配慮を賜りますようお願い申し上げます。

#### 【問合せ先】

 東京都報道事業健康保険組合  
健康管理課

電話 03 (6264) 0136

# 第37回健康管理委員連絡会

## ～健康フェスティバル～

今年は「ロコモティブシンドローム測定」「認知症AR体験」を中心とした健康づくりイベントを開催いたします！

実施日	令和7年11月5日(水)
実施場所	スポーツクラブメガロス日比谷シャンテ店(日比谷シャンテ別館地下2階) (所在地:千代田区有楽町1-2-2)
受付時間	午前 ①9時半～10時半 ②10時半～11時半 午後 ①13時半～14時半 ②14時半～15時半
所要時間	30分程度
参加対象者	健康管理委員および健診ご担当者様等
募集定員	100名
参加費	無料
実施種目	下記4種目

### ① ロコモ度チェック (2種)

自分の運動機能の状態を確認しよう！

ロコモティブシンドローム(運動器  
症候群)のリスクを測定します。

- ・立ち上がりテスト
- ・2STEP



### ② インボティ (体組成測定)

自分の体のバランスを「見える化」してみよう！

体重・筋肉量・体脂肪率・  
内臓脂肪レベルなどを測定します。

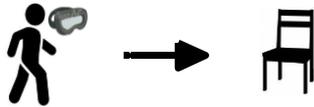


※ペースメーカーなど医療機器をご使用の方はご利用いただけません

### ③ 認知症AR体験

AR(拡張現実)で認知症の視界を体感しよう！

ゴーグルを装着して認知症の方が見えている世界  
を疑似体験します。



### ④ 野菜摂取状況測定

自分の野菜摂取量を「見える化」してみよう！

野菜摂取状況測定器(ベジメータ@)  
を使用して野菜由来の栄養素(カロ  
テノイド)を測定します。



NHK:あしたが変わるトリセツショー  
「認知症」のトリセツで登場！

申込方法 下記のいずれかの方法でお申込みください。

オンライン: <https://forms.gle/4fT9PWdZ26M2asA16>

(回答用フォームを使用してお申込みください)

FAX : 03-6264-0139

メール : [hd-kenkou@houdou-kenpo.jp](mailto:hd-kenkou@houdou-kenpo.jp)  
(FAX・メールの場合は別添「参加申込書」をご活用ください)

申込締切日 令和7年10月10日(金)

問い合わせ先 健康管理課 TEL: 03-6264-0136



QRコードから  
もお申込  
できます。



健康管理課 宛

こちらの用紙をご利用のうえ、下記いずれかの方法でお申込みください。

FAX : 03-6264-0139

メールアドレス: hd-kenkou@houdou-kenpo.jp

第37回健康管理委員連絡会「健康フェスティバル」参加申込書					
事業所名					
保険証等記号・番号	—				
ご参加者氏名					
あてはまる所に ✓を入れてください。	<input type="checkbox"/> 健康管理委員 <input type="checkbox"/> 健診担当者 <input type="checkbox"/> その他				
ご希望時間帯 * ご希望時間帯に○をつけてください。 * 必ず第2希望までご記入ください。	第1希望	9:30~10:30	10:30~11:30	13:30~14:30	14:30~15:30
	第2希望	9:30~10:30	10:30~11:30	13:30~14:30	14:30~15:30
ご連絡先	*「参加決定のご案内等」が受信可能なメールアドレスをご記入下さい。  @				

\*恐れ入りますが、準備の都合上、**10月10日(金)**までにお申込みください。

\*インボディ(体組成測定)は、ペースメーカーなど医療機器をご使用の方はご利用できません。

\*ご連絡先等の個人情報につきましては、健康管理事業の用途以外には使用いたしません。