

一人で頑張るだけじゃない健康づくり

# 島地地区健康相談会

人生100年時代。いくつになっても自分らしく生活したい。  
健康相談では、自分に合った生活習慣を、専門家が一緒に考えます。

2026年 2 月 4 日 水

- 時間：9:00～11:30
- 場所：島地分館
- 無料（事前申し込み不要）

## 内容

- 体組成測定
- 肺機能の測定
- 保健師と生活改善の相談
- フレイルチェックと改善アドバイス



山口市徳地保健センター

住所：山口市徳地堀1561番地1

TEL:0835-52-1114



一人で頑張るだけじゃない健康づくり

# 串 地区健康相談会

人生100年時代。いくつになっても自分らしく生活したい。  
健康相談では、自分に合った生活習慣を、専門家が一緒に考えます。

2026年 2 月 5 日 木

- 時間：11:00～12:00
- 場所：串分館
- 無料（事前申し込み不要）

## 内容

- 体組成測定
- 肺機能の測定
- 保健師と生活改善の相談
- フレイルチェックと改善アドバイス



山口市徳地保健センター

住所：山口市徳地堀1561番地1

TEL:0835-52-1114



一人で頑張るだけじゃない健康づくり

# 八坂地区健康相談会

人生100年時代。いくつになっても自分らしく生活したい。  
健康相談では、自分に合った生活習慣を、専門家が一緒に考えます。

2026年 2 月 6 日 金

- 時間： 9:00～11:30
- 場所： 八坂分館
- 無料（事前申し込み不要）

## 内容

- 体組成測定
- 肺機能の測定
- 保健師と生活改善の相談
- フレイルチェックと改善アドバイス



山口市徳地保健センター

住所：山口市徳地堀1561番地1

TEL:0835-52-1114



一人で頑張るだけじゃない健康づくり

# 柚野地区健康相談会

人生100年時代。いくつになっても自分らしく生活したい。  
健康相談では、自分に合った生活習慣を、専門家が一緒に考えます。

2026年 2 月 9 日 月

- 時間：11:00～12:00
- 場所：柚野分館
- 無料（事前申し込み不要）

## 内容

- 体組成測定
- 肺機能の測定
- 保健師と生活改善の相談
- フレイルチェックと改善アドバイス



山口市徳地保健センター

住所：山口市徳地堀1561番地1

TEL:0835-52-1114



一人で頑張るだけじゃない健康づくり

# 出雲地区健康相談会

人生100年時代。いくつになっても自分らしく生活したい。  
健康相談では、自分に合った生活習慣を、専門家が一緒に考えます。

2026年 2月12日 木  
2月13日 金

● 時間： 9:00～11:30

13:30～15:00

● 場所： 徳地地域複合型拠点施設 2階講座室

● 無料（事前申し込み不要）

## — 内容 —

- 体組成測定
- 肺機能の測定
- 保健師と生活改善の相談
- フレイルチェックと改善アドバイス



山口市徳地保健センター

住所：山口市徳地堀1561番地1

TEL:0835-52-1114

