

シニア健康測定会 実施地区募集！

フレイルのドミノ倒しにならないよう！



社会との繋がりを失うことがきっかけでフレイル状態に陥る危険が！



ご自身の 筋肉量、体力年齢などが分かります



【測定内容】

1. 体成分分析装置による、**筋肉量**や**肥満指数**などの測定
測定時間約1分！！
2. 体力測定(握力、片足立ち、歩行速度などを測定)
ご自分の**体力年齢**がわかります！！
3. 問診票による**老化のサイン**の判定
4. 物忘れチェック、専門スタッフによる健康講話

