

令和8年度

三鷹市福祉Laboどんぐり山

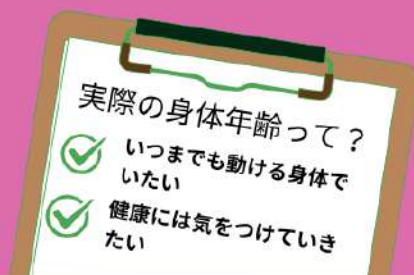
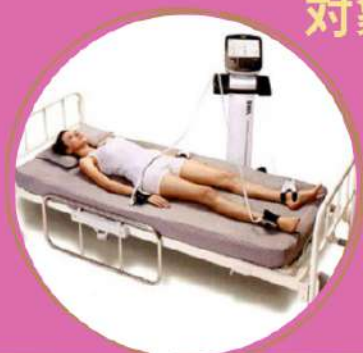
無料!

グループ
向け

健康見える化測定会

～カラダの声を聞こう!～

対象：三鷹市(在住・在勤・在活)のグループ



プログラム内容

- InBody測定 (体を構成する基本成分である体水分・タンパク質・筋肉量が見える化!サルコペニア(加齢などによる筋肉量・筋力の低下)の可能性や身体の状態を確認し、フレイル予防や健康づくりに役立てましょう。)
- 骨ウェーブ (骨健康度測定器)
- 姿勢測定
- AGEs (糖化度)測定
- 血管年齢測定
- 栄養相談 等



皆さんの健康を
応援します!

期間：R8年9月1日(火)～10月30日(金)
火曜日～金曜日

開催場所：三鷹市福祉Laboどんぐり山
(三鷹市大沢4-8-8)

人数：1グループ10名～15名程度

時間：🕒 人数などにより調整

①午前 9:30～11:30 の間 ②午後1:30～3:30の間 ③その他

受付：7月21日(火)～(平日9:00～17:00)

まずはお電話を! ご連絡をお待ちしています。

お申込み・お問合せ ☎ 0422-24-7099

送迎バス：乗降場所については、道幅等を考慮した上で調整させていただきます 🚌

*日程・送迎場所の調整などがございますので、
お早めにお申込みください。

*当日は、脱ぎ履きしやすい靴・靴下(足首が出せるように)
でお越しください。

みたか地域ポイントを
100ポイントプレゼント!

(ポイント取得はアプリか
スタンプカードどちらか選択可)

