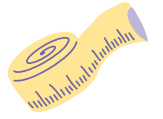


介護予防測定会 参加者募集



5/30 (木) または 31 (金)

時間

①13時～ ②14時～ ③15時～
(所要時間60分程度)

場所

浦安市民プラザ Wave101
大ホール

参加費
無料



自分の身体の状態を知ることも介護予防のために重要です！
また、皆様方にとっては日々の活動の成果を確認する機会になります。初めての方も大歓迎です！
お友だちも誘って、皆さんでどうぞご参加ください。



測定内容

- 30秒間椅子立ち上がりテスト Cs-30
- 体組成測定 In-Body
- 握力測定
- 歩行速度測定
- 皮膚の健康度
- アンケート

服装・持ち物

- 運動靴(すべりにくい靴)
- 動きやすい服装
- 飲み物
- タオル



〈お問い合わせ先〉

電話：080-3088-3111

順天堂大学医療看護学部 原田・大村

後援：浦安市