



芦屋市
Ashiya City

健康チェックでフレイルを予防しよう！

骨密度・筋肉量

測定 しませんか



／ 予約不要 ／

参加費
無料

10月11日 (金)

14:00 ▶ 16:00

会場 モンテメール本館3階 イベントスペース

おおむね65歳以上の方が対象です

- ✓ [骨密度測定]
かかとを超音波測定機械に乗せて、骨密度を測定します。
※はだしで測定するので、脱ぎ履きしやすい靴下等でお越しください。
- ✓ [体組成測定]
体脂肪率、筋肉量、骨量などを測定し、体組成のバランスを詳しく分析します。
- ✓ [理学療法士による結果説明]
骨密度測定・体組成測定の結果を詳しく説明しアドバイスを行います。
- ✓ [保健師によるフレイルチェック]
フレイル状態のチェックを行い、将来の健康リスクを早期に発見・予防します。

お問い合わせ

芦屋市高齢介護課 ☎ 0797-38-2024