

芦屋市フレイル予防事業

骨密度・筋肉量 測定してみませんか

日時

7/1 火 ▶ 7/2 水
9:30~12:00

参加
無料

場所

グルメシティ芦屋浜店
2階入り口・エスカレーター下
イートインコーナー



内容

☒ フレイルチェック

フレイルは**予防・回復**が可能です
フレイルチェックで、早くフレイルに気づいて予防しましょう

☒ 骨密度測定

かかとを機械に乗せ、超音波で測定する骨密度測定です

☒ 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

はだしで測定しますので、**脱ぎ履きしやすい靴下等**でお越しください

お問い合わせ／芦屋市高齢介護課

Tel.0797-38-2024

