

無料

申込み不要

芦屋市フレイル予防事業

# 骨密度・体組成 測定会

粗品も  
ご用意しています

日時

5/19 火 ▶ 5/20 水  
9:30~12:00



場所

グルメシティ芦屋浜店

2階 入り口すぐ 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**などを測定し、体組成のバランスを詳しく分析します
- 握力測定**  
握力は**全身の筋力の程度**を知るための指標として用いられます
- 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**でお越しく下さい

⚠ **ペースメーカー**を使用されている方は体組成計の測定は**出来ません**



お問い合わせ／芦屋市高齢介護課

Tel.0797-38-2024