

＼自分の健康 自自分で守る！／



転 ばめ先の

無 料

# 健康 チェック測定会

6.24(金)

【時間】①10:30～②11:00～③11:30～ ④13:00～⑤13:30～

【定員】各時間10名ずつ計50名

【申し込み】下記電話か窓口にて 5/11 10時～受付先着順

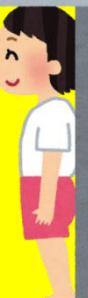
\*ご希望の時間帯で申し込みください。

【準備】●マスク着用の上、動きやすい服装でお越しください。

●上履きをお持ちの方はご持参ください。

●機材の都合等で、測定内容が変わる場合がございます。予めご了承ください。

要申込  
定員有



## ◆測定内容◆

身長・体重・反射能力測定・握力・  
バランス能力測定・柔軟性・歩き方チェック・  
血管年齢&ストレスチェック測定・骨強度測定

\* 骨強度測定とは骨健康度をA～Eの5段階で評価するもので骨密度測定ではありません。

## ◆会場：美しが丘西地区センター 1F体育室

◆対象：青葉区在住の概ね65歳以上の方

◆主催 美しが丘地域包括支援センター

◆共催 美しが丘西地区センター／青葉区役所福祉保健センター高齢・障害支援課

◆協力 公益財団法人横浜市スポーツ協会／山内西地区保健活動推進員

ウエルシア薬局株式会社/アポクリート株式会社荏子田ファーマシー店

株式会社ヤマシタ



★お車での来館はご遠慮ください。

《申し込み・問い合わせ》  
美しが丘西地区センター  
電話：045-903-9204

