

わたしのカラダ

男性も！女性も！

65歳以上
限定



測定会！！

フラワー地域包括支援センターが開催する、
シニアのための健康イベント★

*開始直後は混雑が予想されます。
*受付は15:45まで。

平成30年7月16日(月・祝) 14:00~16:00

無料

会場：FITS ME (フィッツ ミー)
フローラ88・3階

申込み：電話(下記の連絡先)またはFAX(裏面シートに記載)

※当日参加も可能ですが、来場者多数の場合は事前申込みの方を優先いたします。

プログラム

① まずは「体組成計」で測定！

※裸足で測定します。脱ぎ着しやすい服装でお越しください。

※ペースメーカーご使用の方は、測定できません。

★血管年齢も同時測定★

② 測定結果を見て、自分のカラダを知ろう

③ シニアの健康ライフに役立つ講義

④ 質問タイム☆いろいろ聞いてみよう！

体重・体脂肪率はもちろん、
脂肪量・推定骨量・筋肉量が
わかる！さらに、部位別の
筋肉量の総合評価も！



主催：フラワー地域包括支援センター (高齢者の公的相談窓口)

ゼフィール三田にあります！

TEL 553-3600

FAX 553-3601

わたしのカラダ測定会!!

申込み用紙 (FAX 用)

FAX 番号 : 553-3601

ふりがな 氏 名	
住 所	
電話番号	
年 齢	
ご意見など	