

無料体力測定

自分の体の状態、気になりませんか？

食欲がない...

疲れやすい...

体の衰えが気になる...

日時

令和6年**10**月**1**日（火）

10:00～12:00

場所

島田市役所 1階ロビー

（中央町1-1）

対象

どなたでも参加可能

※測定のため裸足になれる服装でお越しください。



【体力測定内容】

- 握力
- 体組成計測定（体脂肪率・筋肉量・体水分量・推定骨量・内臓脂肪レベルなど）
- 血圧
- 保健師による相談
- ゆがみーる（体のゆがみ・姿勢）

※ゆがみーるは測定可能人数に限りがあります。

ご希望の場合はお電話でお申し込みをお願いします。

申込み

島田市役所 包括ケア推進課

TEL：34-3288

