

50歳以上の職員対象

運動器検診 開催のお知らせ

70歳まで働き続けられる体を目指して

体力・筋力などの客観的数値を継続的に調査・分析し、
運動習慣の促進や生活習慣病予防に役立ててみませんか？

理学療法士が皆さんの健康を
手助け致します！

対象：50歳以上の当院職員
日時：令和3年1月から
17:40～18:20
定員：1日2名（完全予約制）
費用：無料
場所：D棟3階 リハビリテーション室

【測定項目】

- ① 新体力テスト
 - ・柔軟性 ・持久性
 - ・筋力 ・敏捷性
- ② ロコモ度チェック
- ③ 歩行、重心動揺

