

令和6年度



からだチェック in みなみ野



今の自分のからだの状態をチェックしてみませんか？

会場：由井市民センターみなみ野分館

住所：八王子市みなみ野1-7-1 片柳学園第3学生会館 2階

無料

予約不要！
直接会場にお越しください！

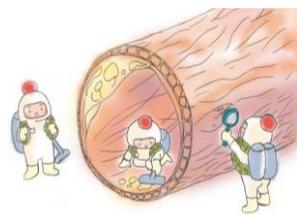
受付時間：10:00～11:00 ※予定が変更になることがあります

当日、保健師・管理栄養士に個別で相談できます

5/30(木)

血管年齢測定
筋肉量測定※

血管年齢や筋肉量・筋質などを
測定します



※筋肉量測定は、ペースメーカー使用中の方は測定できません

9/5(木)

足指力測定

足の親指と第2指で
はさむ力を測定します



1/16(木)

体力測定

握力や歩行速度などを
測定します



【お問い合わせ】

八王子市南大沢保健福祉センター

住所：八王子市南大沢2-27 フレスコ南大沢公共棟1階

電話番号：042-679-2205

