

小金井中央病院 第2回地域健康教室

自分の身体を知りましょう

参加無料

「体力測定」

事前登録なし

- 日時 平成29年7月15日(土)
- 開催時間 14時00分～16時00分
(体力測定は1名30分で終了します)
- 場所 介護付高齢者住宅ぬくもり1階
地域交流スペース
- 体力測定内容
 - ①身長測定
 - ②体重測定
 - ③血圧測定
 - ④握力測定
 - ⑤time up go (椅子に座った姿勢から立ち上がり3m歩き折り返し再び椅子に座るまでの時間を測定)
 - ⑥棒反応測定
 - ⑦ビー玉入れ



皆様の参加をお待ちしています
裏面に拡大した地図を記載しています

お問い合わせ先 小金井中央病院 0285-44-7000(代表)

お問い合わせ先

小金井中央病院

電話 0285-44-7000(代表) 住所 栃木県下野市小金井二丁目4番3

交通手段

- ① JR小金井駅より2km タクシー3分・徒歩30分
- ② JR自治医大駅より2km タクシー3分・徒歩30分



会場：介護付高齢者住宅ぬくもり 1階地域交流スペース



『介護付高齢者住宅 ぬくもり』は、

賃貸住宅の自由さと、介護サービスの両方を兼ね備えた住宅です。