

# 小金井中央 病院

地域活動フオトレポート

第2回 地域健康教室  
15/Jul./2017



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 介護付高齢者住宅めくもり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

小金井中央病院



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)



## 第2回 地域健康教室

「体力測定」

