

カラダ 三大チェック

3種類の測定会を開催します！

日程 ■ 8月17日(土)・19(月)【2日間】

時間 ■ 10:00～16:00

場所 ■ 1Fエントランス

内容 ■

- ・骨の健康度チェック(20歳以上)
- ・体組成測定(9歳以上)
- ・足型測定(5歳以上)



測定結果をもとに運動メニューなど、健康促進に関するアドバイスをを行います

※1組15～20分程度で測定・説明のアドバイスをを行います

料金 ■

- ¥300(税込)／1測定
- ¥600(税込)／2測定
- ¥800(税込)／3測定

※当日1F事務室にてご入金ください



申込方法 ■ 7月10日9時～申し込み開始(受付・電話のみ)

※予約は時間指定になります。
詳しい時間帯は裏面をご確認ください。

《測定いただいた方》
ミズノ商品割引特典あり！！



坂戸市健康増進施設 サンテさかど
TEL : 049-280-7111

〒350-0269 坂戸市にっさい花みず木1丁目3番地
<https://www.mizuno.jp/>

- 開館時間 8:30～22:00
- 営業時間 9:00～22:00
(プールのみ10:00～21:00)
- 休館日
 - ・毎週火曜日
 - ・(祝日の場合その後の直近休日以外の日)
 - ・年末年始 (12月29日～1月3日)

カラダ 三大チェック予約時間帯

足型測定

骨の健康度チェック

体組成測定

- ☐ 1. 最近歯が痛んだ。
- ☐ 2. 最近歯中が丸まったり、腫れが治らなかった。
- ☐ 3. ちょっとしたことでも骨折した。
- ☐ 4. 体型は痩せた。
- ☐ 5. 家族に骨粗鬆症と診断された人がいる。
- ☐ 6. 糖尿病だったり、胃や腸の手術を受けたことがある。
- ☐ 7. 閉経を迎えた(女性)70歳以上である(男性)
- ☐ 8. 若いころから月経が不順だ(女性)
- ☐ 9. 牛乳や乳製品をあまりとらない。
- ☐ 10. 小魚や豆類をあまりとらない。
- ☐ 11. タバコをよく吸う。
- ☐ 12. お酒をよく飲むほうだ。
- ☐ 13. 天気のよい日でもあまり外へ出ない。
- ☐ 14. 運動はもちろん身体を動かすことが少ない。
6つ以上該当する方は骨が弱くなっている可能性があります。



FootLook
足裏バランス測定装置



簡単で見やすく



BOCA測定



☆予約時間帯(約20分)※両日とも同じ時間

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| ① 10:00~10:20 | ② 10:20~10:40 | ③ 10:40~11:00 |
| ④ 11:00~11:20 | ⑤ 11:20~11:40 | ⑥ 11:40~12:00 |
| ⑦ 12:00~12:20 | ⑧ 12:20~12:40 | ⑨ 12:40~13:00 |
| ⑩ 14:00~14:20 | ⑪ 14:20~14:40 | ⑫ 14:40~15:00 |
| ⑬ 15:00~15:20 | ⑭ 15:20~15:40 | ⑮ 15:40~16:00 |

※1枠2名で実施、人数が満員次第終了
当日空きがあれば、申し込み可能！！



※お申し込みの際にご提供頂く個人情報厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

