



健脚測定会

100歳まで健幸に歩くために

■ 運動機能を測定します

- 握力
- 歩行速度
- 立ち上がりテスト
- 簡単な「関節の痛み相談」
- パンフレットのお渡し
(運動・栄養※について)

ご希望
の方は

※当日は理学療法士や管理栄養士も滞在しております。
簡単な質問などありましたらお声掛けください。

日時：2022年12月10日(土) 13:00～(先着100名) ※無料

場所：第一診療棟7階多目的ホール

要予約

申し込み先

0562-46-2311 (内線3150) 平日9時～15時

ロコモフレイル外来



国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター
National Center for Geriatrics and Gerontology