

今年も！
やります



駒沢女子大学 健康栄養相談室 主催

2019年度

健康フォローアップ事業

<期間> 2019年
9月21日(土)~12月21日(土)

<内容> ◆ヘルスチェックを期間の最初と最後に実施
◆期間中はホームプログラムを実施
◆特別企画、情報提供による健康増進のサポート

ヘルスチェック：身体測定、筋力測定、骨密度測定、簡易血液検査、簡易口腔機能検査 等
ホームプログラム：歩数記録、食事記録、筋トシ、口腔体操 等

<会場> 駒沢女子大学 キャンパス内（駐車場あり）

<定員> 先着50名

<対象者> • 原則40~74歳
• 家庭での歩数・体重等の記録と、記録報告の為、月1回程度の来校が可能な方（9月21日、12月21日は必須）

注）現在治療中の方は、ご相談ください

<教材費> 1000円/人（歩数計貸出、計測代等すべて含む）
特別企画（希望者のみ）は各回800円/人

<昨年の様子>

ホームページ <http://www.komajo.ac.jp/healthy-nutrition/>

計測の様子



特別企画の様子



詳細は、
広報いなぎ(8/15)
またはホームページ
をご覧ください。

<問い合わせ先>

栄養ケア・ステーション
駒沢女子大学 健康栄養相談室

電話 042-350-7167
メール eiyou-care@komajo.ac.jp

