



秋の！

からだ測定会♪

令和元年 **9月4日(水) 13時~15時**

インボディ

内容

Inbody (筋肉量・脂肪量などがわかります) 測定
理学療法士等からのアドバイス付

健康の
ための

太りにくいからだづくり ~正しい減量と筋肉のつけ方~

令和元年 **10月8日(火) 13時30分~14時30分**

講話内容

- ・医療から見た正しい減量と筋肉づくり
 - ・体脂肪と筋肉に関する最新トピックスなどについて話します。
- ※9月のおでかけ保健室に参加された方は、Inbodyの測定結果をお持ちください。

講師



仁位 泰輔 氏

青洲会クリニック リハビリテーション課所属。理学療法士として
住民の健康維持・向上のために従事。糖尿病療養指導士、ダイエット
プロフェッショナルアドバイザーの資格を持ち活躍中。

料金 : 無料 (申し込み不要)

場所 : ルミエール 志免店

こちらのお部屋です



問合せ先 : 志免町役場 福祉課 高齢者包括支援係

電話 : 092-935-1041