

小田原市 在住の皆様へお知らせ

市民のみなさま向け健康イベント!



# からだのバランスチェック

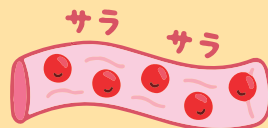
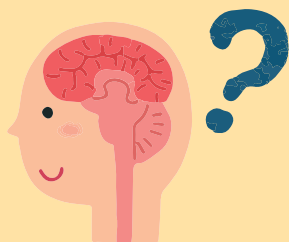
日時：8/23（金）午前10時～午後4時30分

会場：尊徳記念館1階（視聴覚室）

お腹まわり・ひざ・腰・血圧などが気になる方・・・

いろいろ測れます

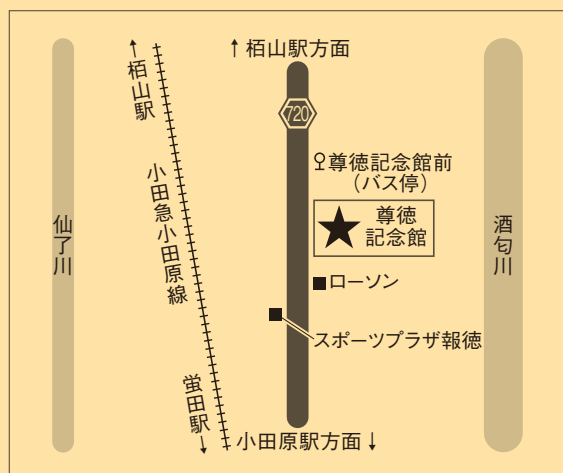
- ・脳年齢チェック
- ・からだ年齢測定
- ・足腰の強さ
- ・血管年齢測定
- ・からだの衰え度チェック
- ・脂肪燃焼力チェック



日時：8月23日（金）  
午前10時～午後4時30分

▼場所はこちら

- ※最終受付午後4時
- ※午前10時は混みあう可能性があります。  
お時間に余裕のある方はずらしてお越しください。
- ※駐車場には限りがあるので、  
公共交通機関でお越しください。



参加費 **無料【予約不要】**

持ち物 **動きやすい服装でお越しください**

小田原市栢山2065-1 尊徳記念館 視聴覚室

【共催】神奈川県認証未病センターカーブス小田原、小田原市健康づくり課  
【お問合せ先】神奈川県認証未病センターカーブス小田原

TEL: 0465-46-1388 (10時～17時、定休日の火曜日を除く)

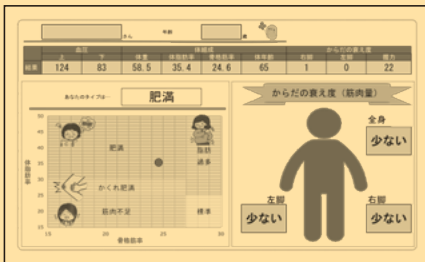
※会場へのお問い合わせはご遠慮ください

# どうして今、測定することが大事なの？

日本は「超高齢社会」を迎え、だれもが100歳まで生きることが当たり前になる「人生100年時代」という言葉も生まれています。でも、100歳まで元気に自分らしく生き切るための備えはできていますか？

今から自分の体を測定し把握することで、測定したその日から日々の過ごし方が変わり、これからの健康のために何を備えればよいかわかります。

## ■あなたのからだを測定します



## ■専門スタッフによるアドバイスを受けられます



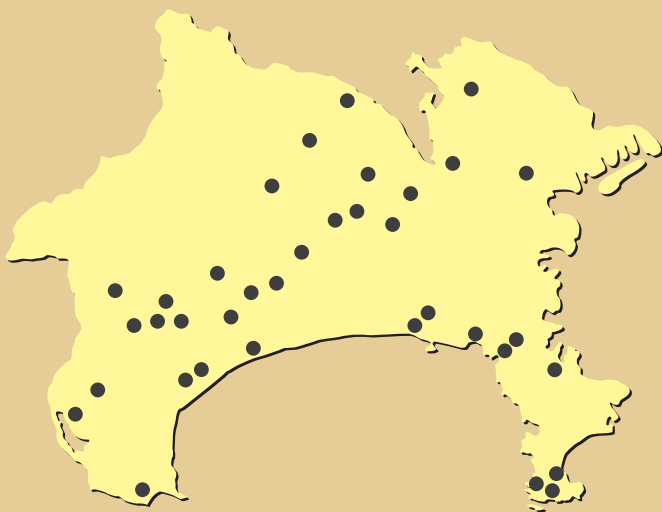
※脳年齢・血管年齢測定除く

測定結果に基づいて運動や食事の相談ができます。

## 神奈川県認証未病センターカーブス小田原って？

日頃から健康に気をつけよう!その為に自分の体の現状を知ろう!  
ということで神奈川県から未病センターの認証を受けた施設です。  
神奈川県には現在こうした【未病センター】が約40施設以上あり  
様々な測定を行っております。

### 神奈川県 認証未病センター



- 未病センターカーブス小田原
- 未病センターあやせ
- 未病センターすこやかん
- 未病センターえびな
- 未病センターざま
- 未病センターあつぎ
- 未病センターやまと
- 未病センター・なかい健康づくりステーション
- 未病センターあいかわ
- 未病センターきよかわ
- ハックベリー美しが丘店 はかる場
- ローソクオール薬局 港北新横浜二丁目店
- 風の谷リハビリデイサービス
- FujisawaSSTWellness SQUARE
- 未病センターはこね
- 三浦市社協未病センター
- 未病センターずし市役所
- 未病センターずしアリーナ
- 未病センターやまきた
- 未病センターまつだ
- 未病センターおおい
- 未病センターゆがわら
- 未病センターかいせい
- 未病センターにのみや
- 未病センター星槎はこね
- 未病センター湘南音楽院
- 未病センターおだわら
- 未病センターかまくら
- 未病センターみなみあしがら
- 未病センターカーブス相模原it's
- 三浦市社協未病センター暖館
- 未病センターひまわり
- 未病センターいせはら
- 未病センターはだのカルチャーパーク総合体育館
- 未病センターはだの中野健康センター
- 未病センターはだのおおね公園



皆さまふるってご参加ください♪