

出張出前教室

令和8年度
ご予約受付中

体組成計・骨密度測定

それぞれ年1回の測定をお薦めします！

体組成計



骨密度計



フレイルの原因として、**サルコペニア**や**骨粗鬆症**があげられます。
体組成計による筋肉量測定や**骨密度測定**により、現在のフレイルのリスクを客観的な数値を用いて把握しましょう！

※1回で行えるには、体組成計、骨密度計、どちらか1つになります。
※両機器とも、裸足になっていただく必要があります。
※体組成計は心臓ペースメーカーの方は測定できません。

その他の出前教室プログラム

- ・転倒予防の講話、体操
- ・フレイル予防の講話、体操
- ・認知症予防の講話、体操
- ・セラバンド体操※令和8年度からスタートなど

理学療法士等、
専門職が対応
します



対象団体:

- ・ふれあいいきいきサロン(鈴鹿市社会福祉協議会 登録団体)
- ・老人クラブ(鈴鹿市老人クラブ連合会 登録団体)
- ・自治会
- ・地域づくり協議会※公民館事業は対象外
- ・地区社協

対応可能日時:

月曜日～日曜日 9時～15時

連絡先:

(059)370-0300 携帯080-1608-6804

