

# 健康度測定会のご案内

(費用はすべて無料です)

## 【松戸市フレイル予防一体的推進事業の一部委託を受けています】

対象者の方には電話等で健康や受診に関する助言や測定会のご案内を行っています。

### 内容

#### 筋力・バランス測定

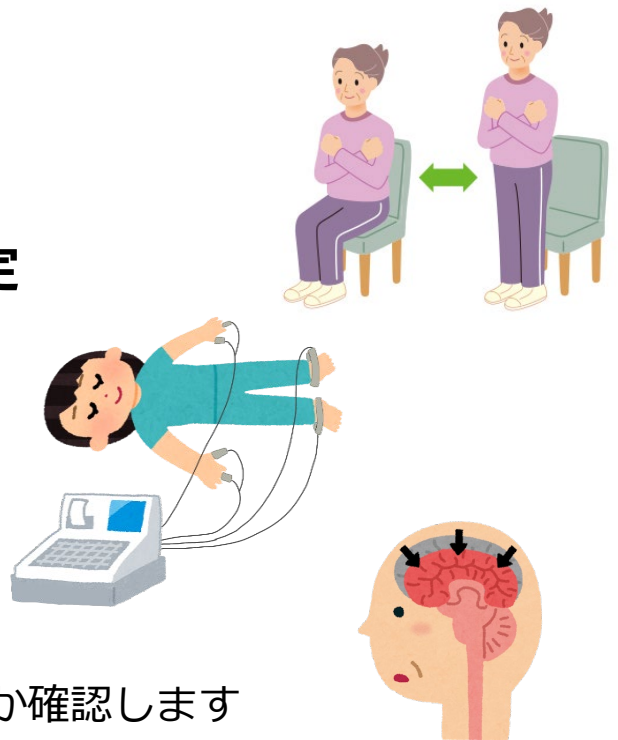
握力測定、片足立ち、椅子から立ち上がる時間 等

#### 筋肉量・体脂肪量の測定

指先と足首に装置を付けて約2分ベッドに横になって測定します

#### 認知機能チェック

問診といくつかの質問で認知機能が低下していないか確認します



**測定には予約が必要です。 ※先着順**

松戸市医師会 **フレイル予防センター**

松戸市在宅医療・介護連携支援センター内

担当：岩澤、白鳥