

2月1日は「フレイルの日」

買い物ついでに気軽に測定

シニアのための

健康測定会

令和8年

2/3(火)

10:00～13:00

会場

テラスモール松戸 1階パティオ
(マクドナルド前)

予約不要・参加費無料

シニア以外の参加也大歓迎

自分のからだの状態を知ることからフレイル予防をはじめませんか。
買い物ついでにお気軽にお立ち寄りください。



骨密度測定

かかと（素足）を機械にのせ、骨伝播速度により骨密度を測定します

フレイル簡易チェック

握力、滑舌、歩行速度を測定し、フレイルをチェックします

InBody測定

素足で機械にのり、筋肉と体脂肪のバランス等の体成分を測定します

血管年齢測定

身長・体重・年齢等を入力後、指先をセンサーにあてて血管年齢を算出します

※ 測定内容によっては整理券を配布する場合があります。
また、混雑状況により受付終了時間を早めることがありますのでご了承ください。

【お問い合わせ】 松戸市健康推進課
TEL 047 - 366 - 7481

松戸市 フレイル予防



主催 松戸市

協力 健康松戸21応援団・松戸市健康推進員・松戸市食生活改善サポーター