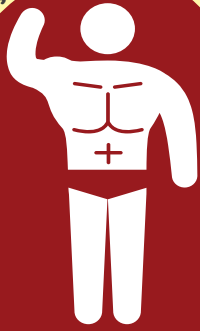


高精度体成分分析装置



\ 測るだけでも OK ! /

カーブ選手の体型管理にも  
使われています！

# InBody 測定会

肥満や運動不足、筋力低下など気になる方、  
測定に興味がある方などお気軽にご参加いただけます！



## InBody 測定会でこんなことがわかります！

- 体脂肪量・部位別筋肉量・基礎代謝量
- 運動や生活活動における消費カロリー
- ご自身の1日の適正カロリー量
- 部位別筋トレ方法
- 目標体重や減量に必要な消費カロリー量
- 食生活改善方法

体重60キロの場合…

- ・30分ウォーキング 約90kcal
- ・15分掃除機をかける約40kcal

参加費  
無料

1回目 2022年8月27日(土)

2回目 2022年9月3日(土)

※1回目のみ、または両日参加をお選び頂けます。2回目のみ参加はできません。

場所 井野口病院 3階 小・中会議室【絆ホール】

時間 10:15 から受付開始・随時測定(9/3は10:30～)

11:00～12:00 / 測定結果の説明・体操・食生活改善や筋トレ方法のアドバイス等  
理学療法士、管理栄養士がお答えいたします

※新型コロナウイルスの感染拡大防止対策を実施のもと開催させていただきます。  
詳しくは申込用紙をご確認下さい。

対象者 20歳以上 どなたでもご参加ください！  
(※ペースメーカーのある方は測定できません。ご了承ください)

参加人数 15人まで ※定員に達し次第、応募を締め切らせて頂きますので、お早めにお申込み  
ください。

みなさまのご参加お待ちしております！

申込み締切り：8月20日(土)



申込み  
方法

①当院で直接お申込み 1階 20 入院窓口へ

②電話でお申込み ▶▶ 082-422-3711 担当：管理栄養士

なかざわ  
中澤