

令和3年度

筋肉量・体脂肪率などの測定をします!!

# 【体組成測定】

体組成とは…体を構成する成分の筋肉・脂肪・水分などの状態を把握することができます。



## 【日時】

- |            |             |
|------------|-------------|
| ① 4月21日(水) | ⑦ 10月20日(水) |
| ② 5月19日(水) | ⑧ 11月17日(水) |
| ③ 6月16日(水) | ⑨ 12月15日(水) |
| ④ 7月21日(水) | ⑩ 1月19日(水)  |
| ⑤ 8月18日(水) | ⑪ 2月16日(水)  |
| ⑥ 9月15日(水) | ⑫ 3月16日(水)  |

《18:00~20:00》

【場所】 いきいき館 【対象】 町民(20歳以上)

【定員】 10名(予約が必要です)

【内容】 体組成測定、結果説明、個別指導

※予約状況により多少時間変更があります

新型コロナウイルス拡大防止のため、中止  
または実施方法が変更になる場合があります

申込み・問合せ・小鹿野町保健課 75-0135