

筋肉量・体脂肪率などの測定をします!!

## 【体組成計測定】

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19日(水) | ⑦ 10月18日(水) |
| ② 5月17日(水) | ⑧ 11月15日(水) |
| ③ 6月21日(水) | ⑨ 12月20日(水) |
| ④ 7月19日(水) | ⑩ 1月17日(水)  |
| ⑤ 8月16日(水) | ⑪ 2月21日(水)  |
| ⑥ 9月20日(水) | ⑫ 3月13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

申込み・問合せ

小鹿野町保健課 75-0135

