



# すこやか てくてく健やかカフェ からだの計測 ～計って、気づいて、健やかに～

## 1 からだの計測とは？

**歩き方、筋力（握力・脚力）、バランスの計測、  
もの忘れチェック**を定期的に受けることができます

**最新の歩行計測機器や科学的に実証された計測  
方法**を用いて、リハビリの専門家が安全に行います

※予約制、個別（1～2名）対応です（無料）

場所：城東区森之宮1-6-85

**UR森之宮ビル2階**

(旧UR都市機構西日本庁舎)

電 話：06-6967-1806

担当者：玄（げん）

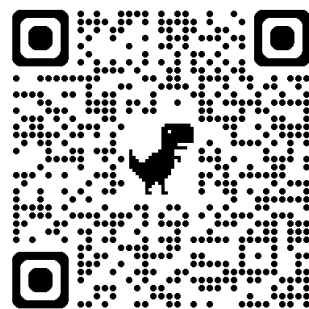


営業時間	月	火	水	木	金
9：30～10：30	／	○	○	○	○
10：30～11：30	／	○	○	○	○
13：30～14：30	○	／	○	／	／
14：30～15：30	○	／	○	／	／

※ 都合により、変更することがございます。てくてく健やかカフェのホームページでご確認いただけます。

## ●申し込み方法

- ① 電話で予約
- ② 直接カフェにて、申し込み用紙で予約
- ③ 右のQRコードから予約



## ●計測当日

- ・所要時間は、40～60分
- ・動きやすい格好でお越し下さい
- ・体重計測の際に裸足になっていただく必要があります

## ●計測後、次回の計測予約ができます。

住み慣れた場所で、自立した生活を送り続けられるよう、“**歩く・計る・話す**”を通して、健康づくりを続けられる場所を目指します。

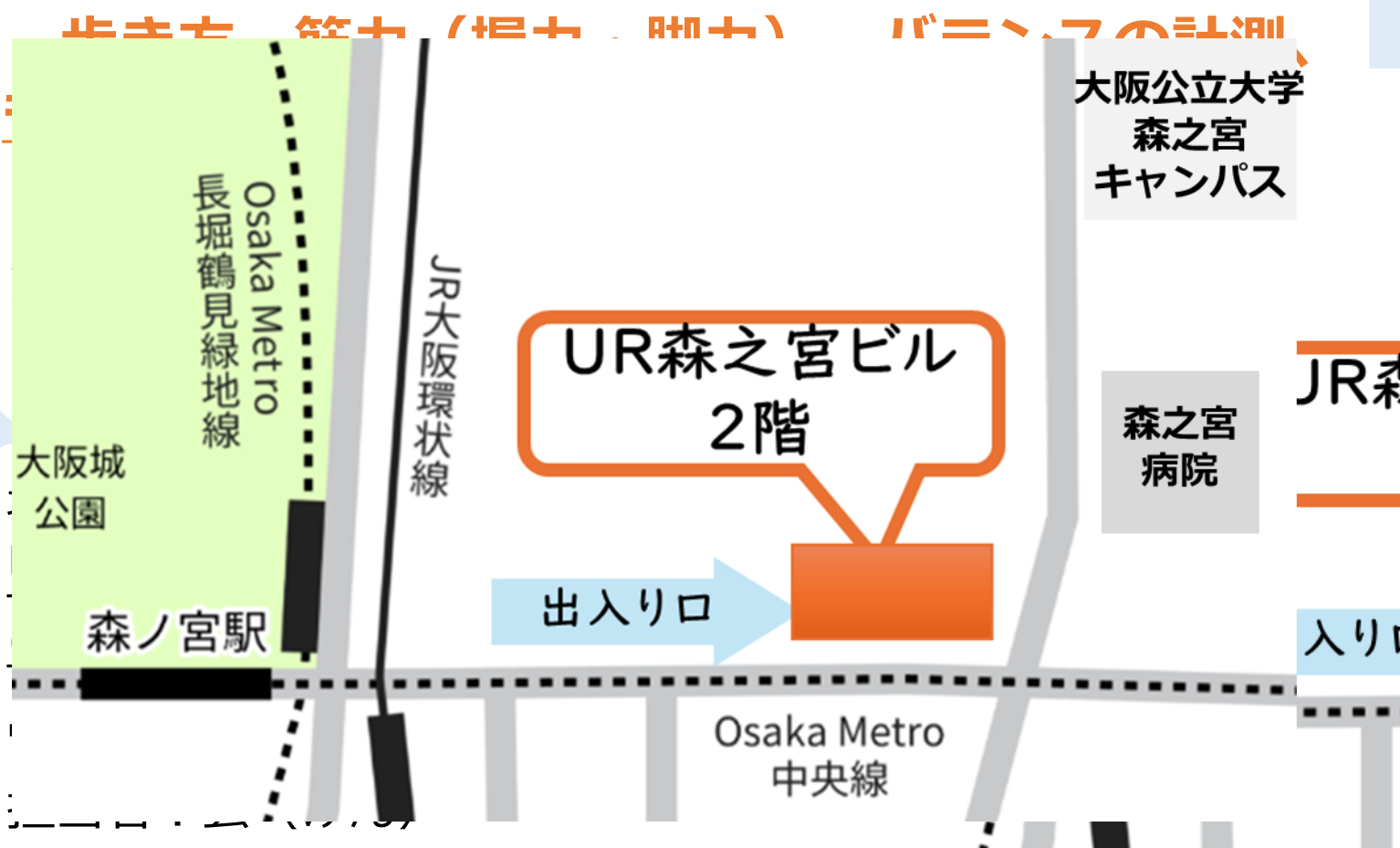
私たちは、健康づくりや介護予防、健康を支えるプログラムづくりに関する研究活動を行っています。計測データは、**個人が特定されない形にして**、研究に活用させていただくことがあります。

その為、**包括同意書（ほうかつどういしょ）**への署名をお願いする場合がございます。同意は自由であり、署名をされない場合でも、カフェの利用に一切影響しません。

# すこやか てくてく健やかカフェ “からだの計測” ～計って、気づいて、健やかに～

1

からだの計測とは？



営業時間	月	火	水	木	金
9 : 30 ~ 10 : 30	／	○	○	○	○
10 : 30 ~ 11 : 30	／	○	○	○	○
13 : 30 ~ 14 : 30	○	／	○	／	／
14 : 30 ~ 15 : 30	○	／	○	／	／

※ 都合により、変更することがございます。てくてく健やかカフェのホームページでご確認いただけます。