

# 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、もの忘れ**を定期的にチェックすることができます。

**最新の歩行計測機器**や**科学的に実証された計測方法**で、**リハビリの専門家**が安全に行います。

※予約制、個別対応です（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）、理学療法士



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	○	×	○	×	×

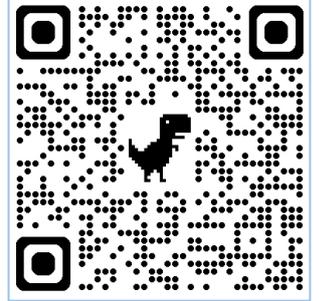
※都合により、変更することがございます。てくてく健やかカフェのホームページでご確認いただけます。

## 2

# ご利用方法

### ●申し込み方法

- ① 電話で予約 (☎ 06-6967-1806)
- ② 直接カフェにて、申し込み用紙で予約
- ③ QRコードからスマホで予約 🖱️ 🖱️



### ●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ございます。

### ●計測後、次回の計測予約ができます。

## ✿ご利用いただいた皆さまの声✿



50代、女性

退職後、体力に不安を感じて利用しました。  
次までにバランスを頑張ってみます。

お喋りしながら、色んな計測をしてもらえて  
楽しかった。是非、また利用したいです。



80～90代、  
友人同士



70代、男性

詳しく計測してもらい、今のからだの状態が分  
かって、これからの健康づくりの励みになります。

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？

**歩き方、筋力（握力・脚力）、バランス、もの忘れ**を定期的にチェックすることができます。

**最新の歩行計測機器**や**科学的に実証された計測方法**で、**リハビリの専門家**が安全に行います。

※予約制、個別対応です（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）、理学療法士



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。

