

# 健康チェックをしてみましよう！

予約制です

健康をチェックし、食生活や運動、休養などの生活習慣を見直してみませんか？ 測定をご希望の方は申込書の提出又は、FAX や電話でお申込みください。

- 利用料金：一般の方：各 520 円 スタジアム料金含まず。  
(※一般の方は複数測定希望の場合、2 種目目からは半額)  
期間利用の方：各 260 円
- 実施曜日：火曜～金曜日（土・日・祝日の測定は要相談）
- 受付時間：10:00～11:30、13:00～15:30
- 所要時間：1 種目約 20 分程度

チェック  
しませんか？



## ①脚の運動機能チェック

②の測定と合わせると、脚の運動機能状態が総合的にわかります。

※対象年齢：20 歳以上



## ②体型チェック

体重及び体脂肪率や筋肉量等を測定し、体型を判定します。

※対象年齢：18 歳以上



## ③骨密度チェック

かかどに超音波を当て骨の密度を測定します。

※対象年齢：20 歳以上

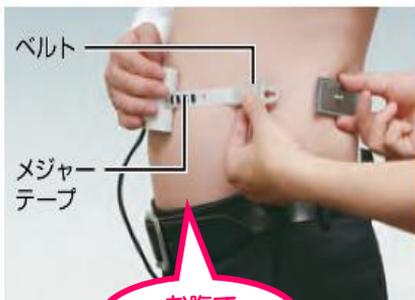


※ペースメーカー装着の方は①②④は測定できません

## ④内臓脂肪面積チェック

お腹にベルトを巻き内臓脂肪面積を測定します。

※対象年齢：20 歳～74 歳



## ⑤貧血チェック & 食事バランスチェック

指先で貧血の推定値を測定。また、問診票を記入頂き、食事バランス等を見ます。

※対象年齢：20 歳以上



## ⑥ストレス度(ゆらぎ)と血管年齢チェック

指先で自律神経バランス及びストレス対応性のチェックと血管年齢を推定します。

※対象年齢：20 歳～74 歳



# 健康チェック申込書

受付日	受付者
/	

フリガナ			
氏名			
生年月日・年齢	西暦 (昭和・平成)	年	月 日( 歳)
連絡先 自宅・携帯のいずれかをご記入ください	自宅	—	—
	携帯	—	—
測定種目 右記の希望の種目の口に チェックしてください	<input type="checkbox"/> ① 脚の運動機能チェック		
	<input type="checkbox"/> ② 体型チェック		
	<input type="checkbox"/> ③ 骨密度チェック		
	<input type="checkbox"/> ④ 内臓脂肪面積チェック		
	<input type="checkbox"/> ⑤ 貧血チェック&食事バランスチェック		
	<input type="checkbox"/> ⑥ ストレス度(ゆらぎ)と血管年齢チェック		
測定希望日	202 年 月 日( )		
測定希望時間 右記の希望時間の口に チェックしてください	午前	午後	
	<input type="checkbox"/> 10:00~	<input type="checkbox"/> 13:00~	<input type="checkbox"/> 15:00~
	<input type="checkbox"/> 10:30~	<input type="checkbox"/> 13:30~	<input type="checkbox"/> 15:30~
	<input type="checkbox"/> 11:00~	<input type="checkbox"/> 14:00~	
	<input type="checkbox"/> 11:30~	<input type="checkbox"/> 14:30~	

※希望日程の調整が必要な場合はご連絡します。

※事業やスタッフ配置の関係で希望に添えない場合があります。

----- きりとり線 -----

## お客様控

あなたの健康チェック測定日時は下記のとおりです。受付時間までにご来館ください。

測定月日	受付時間	健康チェック項目
月 日( )	:	①脚の運動機能 ②体型 ③骨密度 ④内臓脂肪面積 ⑤貧血と食事バランス ⑥ストレス度と血管年齢

◎お問い合わせ・お申し込みは

富山県国際健康プラザ(愛称:とやま健康パーク) 〒939-8224 富山市友杉 151 番地

TEL: 076-428-0809 FAX: 076-428-0831