

地域限定 体成分・血管年齢・

血圧測定 参加者募集のご案内



身体の成分(脂肪量・部位別筋肉量等・裸足での測定)・血管年齢・血圧を測定し、トレーナーからのアドバイスを受けます。詳細情報のデータをもとに、生活習慣の改善方法や個々に合った運動を学びます。
「健康づくりの動機づけ」に最もおすすめです。

開催日：9月13日(金) ※ 申込〆切 9月10日(火)

開催時間：9:30～17:30 ・所要時間 10分前後(1人)

開催場所：ミツバ本社ビル 7階 大ホール

募集人員：先着順 100名 男女・年齢不問 参加費：無料

対象者：ミツバ健康保険組合の被保険者(本人)

注：健保組合以外の方は対象外です。

申込方法：別紙『申込書』に必要事項を記入して健保組合へ提出

問い合わせ：健保組合 小池まで 821-4911

・質問用紙①・②は、当日ご回答のうえ、測定会場にご持参ください

お一人お一人に合ったアドバイスを行います。仕事の合間に手軽に行えるストレッチやエクササイズもご紹介！皆さんの気になることもご相談ください！

