

ロコモチェック

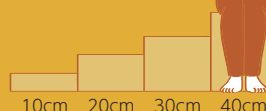
4,400円 (税込)
(税抜価格 4,000円)

骨や関節・筋肉をしっかりチェックします！

立ち上がりテスト

基本姿勢

反動をつけないために
胸の前で腕を交差させる



約 70°

2ステップテスト



ロコモ度テスト

ロコモとはロコモティブシンドローム（運動器症候群）の通称です。骨や関節、筋肉など運動器状態を日本整形外科学会推奨の立ち上がりテストと2ステップテストでチェックします。

筋力測定

小型の筋力測定器を使用して腕の力と足の力を測定します。測定値を年齢・性別の標準と比較します。

結果説明運動指導

現在の運動機能について病院専属の理学療法士が分かりやすく説明し、姿勢や歩き方、筋力トレーニングのアドバイスをします。

歩行年齢測定検査

4,400円 (税込)
(税抜価格 4,000円)

カメラに向かって
歩くだけ！



“弱っている箇所”“元気な箇所”が
把握でき、理学療法士があなたに合った
運動指導をご提案します！

歩く姿勢に関する36項目測定

速度、バランス、姿勢などを測定します。
改善すべき点が細かく分析されます。

年齢と性別に応じた基準で点数化

前回の結果と比較もできます。
どれだけ改善されたか一目瞭然です！

ロコモチェック +歩行年齢測定検査

6,600円 (税込)
(税抜価格 6,000円)



わからないこと、
不安なこと、
なんでもその場で
聞いてください！

理学療法士が測定結果を基に

改善方法や推奨運動メニューをアドバイスします。
リハビリテーションの専門職からの説明を受けてみませんか？
どなたでもお気軽に受診できます。

※歩行年齢測定検査につきましては、人間ドック・健康診断にオプション検査として追加した場合は、優待価格にて提供しております。

人間ドックとは別で
いつでも
受けられます！

単独実施

平日限定

お申込み

事前予約が必要ですので、電話でお申し込みください

倉敷中央病院附属予防医療プラザ

TEL 0570-020304

いつまでも健康で自立した生活を送るために、
定期的な受診をおすすめします。