

最近、運動能力の衰えを感じたことはありませんか？

筋力・柔軟性・バランスのテストから運動年齢を測定し、
将来的な転倒や腰痛リスク、変形性関節症リスクまで判定します。

＼ 2022年10月より開始します ＼

NEW

フィジカル健診

料金

30分 4,950円 (税込)

平日限定

日帰りドックに
追加可能

あなたの『運動年齢』を測定致します

あなたの
運動年齢
42歳



測定項目

- ① 筋力
- ② 柔軟性
- ③ バランス能力
- ④ 日頃の運動習慣

筋力・柔軟性・バランス各2項目
全6つのテストにて運動年齢を測定
7つの質問と併せて転倒・腰痛・変形
性関節症リスクを判定します。

こんな方におすすめ

- ☒ 運動が好きな方
- ☒ 運動不足が心配な方
- ☒ 体力に自信がある方
- ☒ 運動能力を客観的に
データで知りたい方

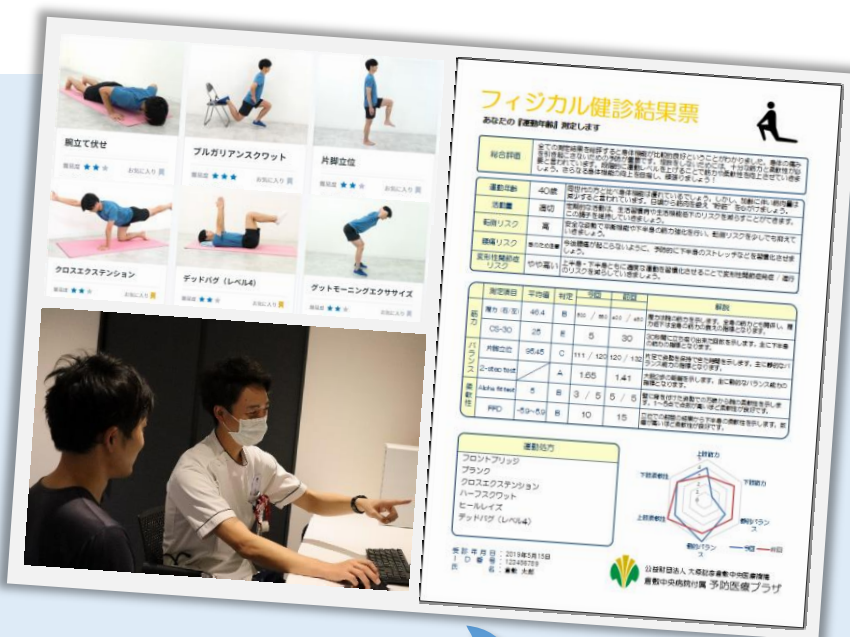
フィジカル健診の特徴

1 データに基づきスコア化

運動能力を年代別のデータと比較し
客観的にスコア化。前回値との比較
も可能です。

2 理学療法士による運動指導

測定結果から専属の理学療法士があ
なたにピッタリな運動を800種類以上
のエクササイズの中から選択しご提
示。さらに運動指導や運動習慣、生
活習慣のアドバイスも受けられます。



測定結果とあなただけの運動プログラムをお渡しします！

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 086-422-6800