Inbody＆シセイカルテ測定会　開催日

日　時	11月27日（金）・28日（土）の2日間
時　間	①10:00～10:30　②10:30～11:00　③11:00～11:30　④11:30～12:00 ⑤13:00～13:30　⑥13:30～14:00　⑦14:00～14:30　⑧14:30～15:00 ⑨16:00～16:30　⑩16:30～17:00　⑪17:00～17:30　**※各30分間**
定　員	各時間帯：4名
会　場	いきいき館1階　生活相談室
申込み方法	当日の9時以降に参加費を添えて生活相談室へ（☎不可　申込順）
料　金	Inbody・シセイカルテ**どちらか計測の場合**：300円　**両方計測の場合**：500円

Inbodyって・・・なあに？



年2回

7月・１１月

測定会を実施してます！

簡単に測れます！



代謝のいいカラダ
疲れにくいカラダ
姿勢が美しいカラダ

維持するために

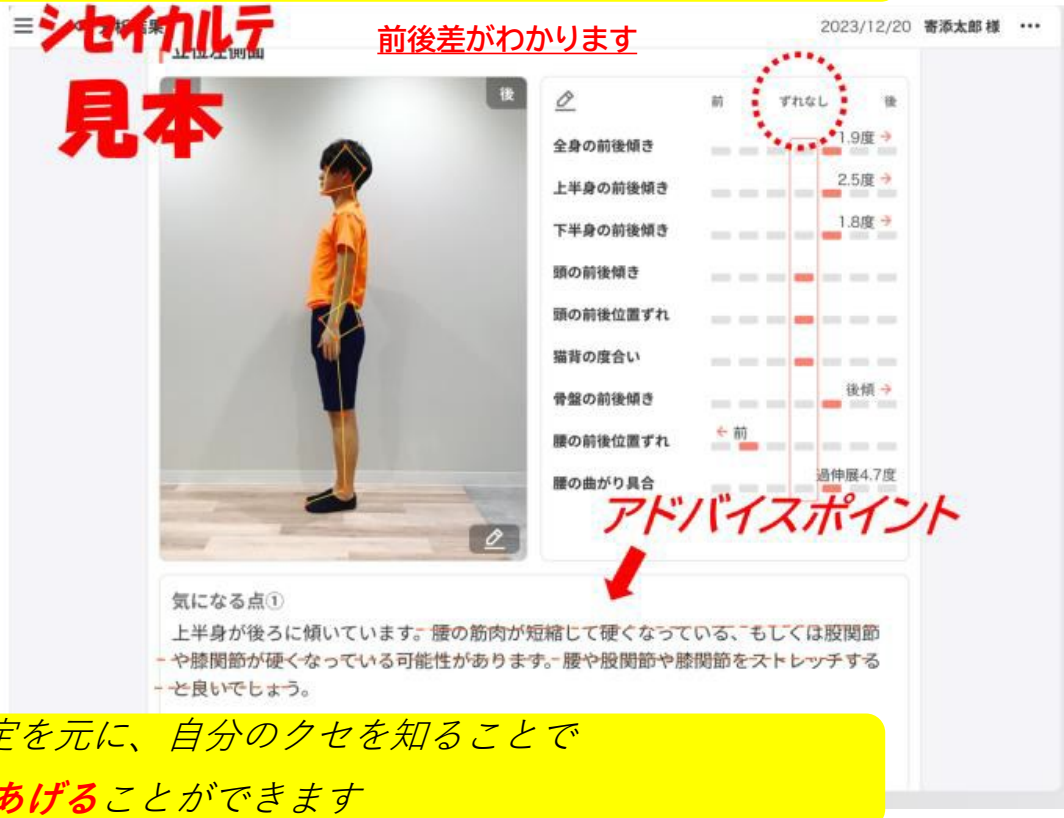
必要なのは？

筋肉量を落とさない！
今の自分のカラダにはどれくらいの量があるのだろう？
知りたくないですか？元気なうちから対策して健康でいましょう！

シセイカルテって・・・なんだろう？

年2回　7月・11月測定会を実施してます　写真を2枚撮影するだけで計測できちゃいます！





AIによる細かい判定を元に、自分のクセを知ることで
不調や運動効果をあげることができます

姿勢が悪いと
どうなる？

腰や膝が痛い
肩こりがひどい
運動の効果を感じられない
歳より老けて見られる
自分の姿勢気になりませんか？