締め切り
8月1日

駒沢女子大学　健康栄養相談室 主催

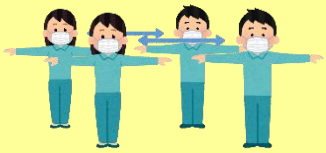
2021年度 健康フォローアップ事業
新規参加者「ホワイトコース」募集

2021年9月４日(土)～１１月２７日(土)

★ ヘルスチェックを期間の最初と最後に実施
★ 期間中はホームプログラムを実施
★ 特別企画、情報提供による健康増進のサポート

ヘルスチェック：身体計測、筋力測定、骨密度測定、簡易血液検査、咀嚼力チェック　等
ホームプログラム：歩数記録、食事記録、筋トレ、口腔体操　等　注）内容の変更はご了承ください

＜会　場＞　駒沢女子大学　キャンパス内（駐車場あり）　他



＜定　員＞　先着２０名
＜対象者＞　（注）現在治療中の方は、ご相談ください
- 原則４０～７４歳
- ヘルスチェックのため９月4日・１１月２７日両日と、血液検査(２回)の日に来校可能な方
- ホームプログラムの記録報告(歩数記録日)の為、月１回程度の来校が可能な方

＜教材費＞　1000円/人（歩数計貸出、計測代等すべて含む）特別企画は別途(800円/回)

全員参加
全体会・ヘルスチェック：９月４日(土)・11月27日(土)　午前
血液検査　：①　９月　６日(月)　予備日：　９月11日(土)
（完全予約制）②11月22日(月)　予備日：11月23日(火)
申込時、希望日をお聞きします。
歩数記録日　：①10月　4日(月)/ 10月　5日(火)
(10時～15時)　②11月　1日(月)/ 11月　2日(火)
各回いずれか１日来校。
希望者のみ　特別企画　：①10月　4日(月)　10時～12時
特別企画参加者はその時に行います。

全体会・計測	血液検査		全体会・計測
9/4	9/6・		11/27

定員を超えたため
応募を締切らせて
いただきました。

＜申 込 み 方
グーグルフォーム
①教室名：健フォ
④生年月日（年齢
⑦メールアドレス
/はがき
は①～
入。HP
の様子
ね。
に使用いたしません。

健康栄養相談室HP

＜問い合わせ先＞
栄養ケア・ステーション
駒沢女子大学　健康栄養相談室
メール　eiyou-care@komajo.ac.jp
電　話　042-350-7167
住　所　〒206-8511 稲城市坂浜２３８

駒沢女子大学
栄養ケア・ステーション
駒女
健康栄養相談室

メールQRコード　フォームQRコード