

骨強度測定会

6月22日(月)～27日(土)

棒を握るだけ。約15秒で簡単に測定

感染対策
徹底!

予約不要! 無料!



- 運動してますか?
- 吸収の良いカルシウムとってますか?
- 生理は順調ですか?
- コンビニ食が多くないですか?
- お肉食べてますか?
- 腰が曲がってきていませんか?
- いろいろな薬飲んでいませんか?

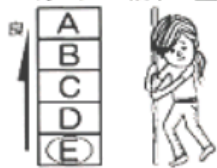
これらは、全部骨に関係のある生活習慣です

測定結果の
見本です



あなたは：女性 99歳

あなたの結果はE



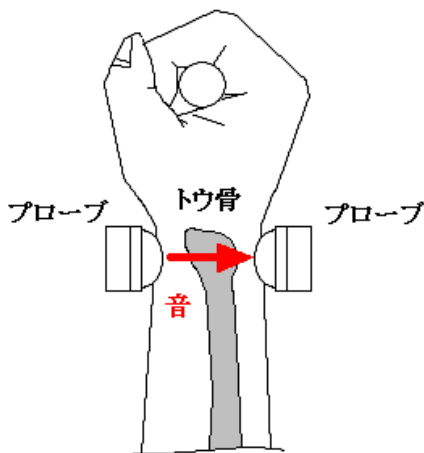
コメント：
偏った食事にならないよう気をつけ、まずは散歩からはじめてみてはいかがですか？また最近ではカルシウムのサプリメントなどの健康補助食品も数多く出ています。専門家にも相談してみてください。

公園や河川敷などを日光浴を兼ね、ゆっくりと散歩してみましょう。大豆食品、魚、海藻類にもカルシウムは豊富に含まれています。バランス良い食事を。

ご年配の方は、転倒などにお気をつけください。

測定結果は
A～Eの5段階

**棒を握るだけ。
約15秒で
簡単に測定**



手首の橈骨に超音波をあて透過した波形を測定します

骨の中のカルシウムは常に作ったり壊されたりしています。それは血液中のカルシウム濃度が生命を維持するためにとても重要だからです。壊される量のほうが多くなるのが骨粗しょう症です。自分の足で歩ける健康寿命を延ばすためにも骨の健康を改めて見直す良い機会にしてください。
結果に合わせてお時間のあるかたはご相談も致します。
お薬手帳など服用中のお薬がわかるものをお持ちください。