

参加費

500円 (税込)

※当日1F受付でお支払い
いただきます(現金のみ)

Dr.セルフチェックとは？

医学博士考案の国内初の予防医療セルフチェックシステムです。5つの測定器による体内測定データと52問の問診から今の健康状態はもちろん、3年後の姿、改善点が分かります。

※医師による診察などはありません

永福体育館初開催

Dr.セルフチェック測定会

2025年 **11月25日** (火)

時間：下記時間からお選びください (約60分間かかります)

①10:00~②11:00~③13:00~④14:00~

定員：各回8名

対象：18歳以上(高校生を除く)

※測定の関係上、ペースメーカーをご使用の方はご参加できません

会場：会議室1

参加方法

★事前申込制

11月11日(火)8:30から

お電話(03-3328-3146)で
お申込ください(先着順)

※定員に達した場合はキャンセル
待ちとなります

【必要事項】

- ・名前・ご連絡先(電話番号)
- ・参加希望の時間

★当日の流れ

①問診表の記入

②各種測定

深部体温・肌保湿度・血管年齢・血圧
測定・体組成計測定(裸足で測定)

③予防医療診断士による結果解説と
軽い運動

※待ち時間が発生する場合もございます

★持ち物

- ・運動がしやすい服装
- ・室内履き(かかとがある靴)
- ・汗拭きタオル・飲み物

 **TAC 杉並区永福体育館**

杉並区永福1-7-6

 **03-3328-3146**

営業時間 9:00~20:50 定休日：第2水曜日

永福体育館初開催！！
ご参加お待ちしております
ます！！！！

