

10月 健康度測定・栄養・運動相談・リハビリ日程

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 リハビリ	4	5
6	7 リハビリ	8	9	10 リハビリ	11	12 健康度測定
13 リハビリ 栄養	14	15 休館日	16	17 リハビリ	18	19 健康度測定
20 リハビリ 栄養・運動	21	22	23	24 リハビリ	25	26 健康度測定
27 リハビリ	28 休館日	29	30	31 リハビリ		

※健康度測定は、予約が必要です。定員がありますのでお早目にご予約ください。

※健康度測定は、健康センタートレーニングルーム利用のための測定です。

※栄養・運動相談は、一般の方でもご利用いただけます（無料）。事前予約が必要です。

★運動相談は、開始時間前に体組成測定・バランスウォーク測定を行ってください。
(測定に15分程度かかります)

★栄養相談は、2日分の食事記録をお持ちください。