

公益財団法人健康スポーツ公社
深川スポーツセンター

「令和8年度 第1期 私の健康プロジェクト」 当日のご案内

このたびは深川スポーツセンターの健康プロジェクトにご応募いただき誠にありがとうございます。

ご参加に際してのご案内事項を以下に記載いたしますのでご確認ください。

記

受付場所:深川スポーツセンター事務室(入口入ってすぐ右側)

受付時間:**カウンセリング開始予定時刻 10 分前にはお越しください。**

お問合せ:03-3820-5881

【持ち物】

・問診シート一式(ご記載の上、当日お持ちください)

- ① 運動事前調査表
- ② 食生活問診表
- ③ 食生活バランスシート 3 日分(日・祝日 1 日含む)

※食事の記録はできる限り休日を含めた 3 日分ご記載ください。

※当日は体組成測定器での計測がありますので、裸足になれる服装でお越しください。

以上