四條畷学園大学リハビリテーション学部 共催

身体チェックで、今の体を知ろう！

筋力を数値化！

身体機能測定

参加費
無料
予約不要



2026年１１月２３日（月・祝）

受付時間　9：30 ▶ 10：45（11：30測定終了）

（混雑状況により、予定より早く受付を締め切る場合がございます）

会場 四条体育館　対象 18歳以上

[講師] 本田 寛人さん（四條畷学園大学リハビリテーション学部 教授）

[服装・持ち物] 動きやすい服装・体育館シューズ（推奨）

[測定内容]

- [体組成測定]
  体脂肪率、筋肉量などを測定し、体組成のバランスを詳しく分析します
- [筋力測定]
  筋力測定で、握力や脚の筋力などを測定し筋力の衰えを分析します
- [老化指標測定]
  AGEs（終末糖化産物）を測定し、老化の程度や将来の健康リスクを分析します

お問合せ

大東市立歴史とスポーツふれあいセンター
072-876-7011　info @rekisupo.com