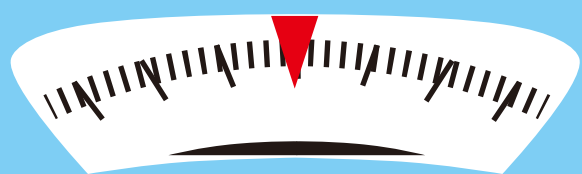
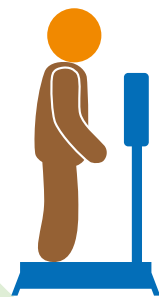


2019年度

～自分測定日は「きたあきた健康ポイント事業」の対象です～



自分測定日



4/22
(月)

★5/27
(月)

6/24
(月)

★7/22
(月)

8/26
(月)

★9/30
(月)

10/28
(月)

★11/25
(月)

12/23
(月)

★1/27
(月)

2/17
(月)

★3/23
(月)

- ◆場 所 **北秋田市保健センター**
- ◆時 間 **午前9時～午後4時**
★奇数月は午後7時まで
- ◆内 容 **体組成測定・測定値の説明**
- ◆参加費 **無料**

※体組成測定は素足で行います。
※ペースメーカー等体内機器装着の方は測定できません。
※ご自分の都合のよい時間でお越しください。
※できるだけ同じ時間帯での測定をおすすめします。

体脂肪率と筋肉量による体型判定

体脂肪率判定	肥 満 軽脂肪	かくれ 肥満型	肥 満 型	かた太り型
	+標準 -標準	運動不足型	標 準	筋肉質
	や せ	やせ型	細身筋肉質	筋肉質
	-4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4	少なめ	平均的	多 め
筋 肉 量 ス コ ア				

(お問合せ) 北秋田市医療健康課 TEL62-6666