

サロン名：阿高サロン

報告書

場 所： 阿高公民館

開催日時 令和6年9月20日（金） 10：00 ～ 11：30

| 参加者数 | 内 訳 | 男性 | 女性 | 関係者関係 | | | | |
|-------|-----|----|-----|----------------|------|----|-----|----|
| | | | | 熊本市 (国保年金課) | 測定業者 | 包括 | 実習生 | 計 |
| 計 22名 | 人 数 | 1名 | 21名 | 1名 | 3名 | 1名 | 2名 | 1名 |

内 容 ①フレイル予防・骨折予防に関する健康教室
測定及びアンケート用紙記入
測定項目：体重・身長・体組成測定・骨密度・血圧・握力（右左）
開眼片足立ち（右左）TUG・5m歩行（通常・最大）

活動風景



受付・血圧測定



測定前 体操



国保年金課よりアナウンス



開眼片足立ち



体組成測定・身長体重測定



握力測定



TUG



5m歩行



骨密度測定