

千束・上野健康増進センター 利用の流れ

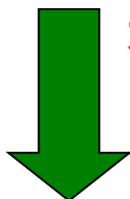
健康づくり調査票(身体状況など)の記入・提出



判定

調査票の内容をもとに**健康度測定**が必要かどうか判定

不要な方



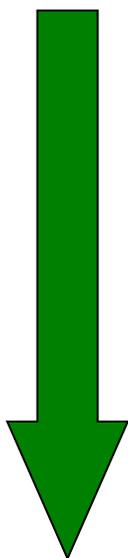
必要な方

*費用が3000円
かかります。



利用事前講習会

- ・施設、設備の利用方法
- ・トレーニングの方法



トレーニング開始(1年更新)

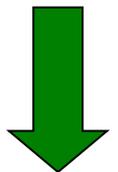
健康度測定

- ・尿検査、肺機能検査等
- ・安静時心電図、負荷心電図
- ・保健相談、栄養相談

運動可



運動プログラム作成



運動不可



要治療