

# ロコモ検診（運動器検診）

「人間ドック」のオプションとして新設

★平成 28 年 6 月より★

- 超高齢化社会に向かっている現代、「転倒などで『要介護』になりたくない」、「自分の下肢筋力はどれだけなのか？」など、最近、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）への関心が高まっています

※運動器とは：骨や関節、筋肉、神経など体を動かすための組織や器官の総称です

- 運動器（ロコモ）健診であなたの下肢の筋力を測定してみませんか

【検査内容】※については午後 1 時頃の実施となります

## ★骨密度検査：前腕の骨の密度を測定

※ 当日骨密度 60%以下の方については、以下の4つの検査は実施できません。

その際は、骨密度検査費用の¥2,160（税込み）の料金が発生します。ご了承下さい。

- ★立ち上がりテスト ※
- ★2 ステップテスト ※
- ★ロコモ指数 25（質問票） ※
- ★下肢筋力測定 ※

### ＜お問い合わせ＞

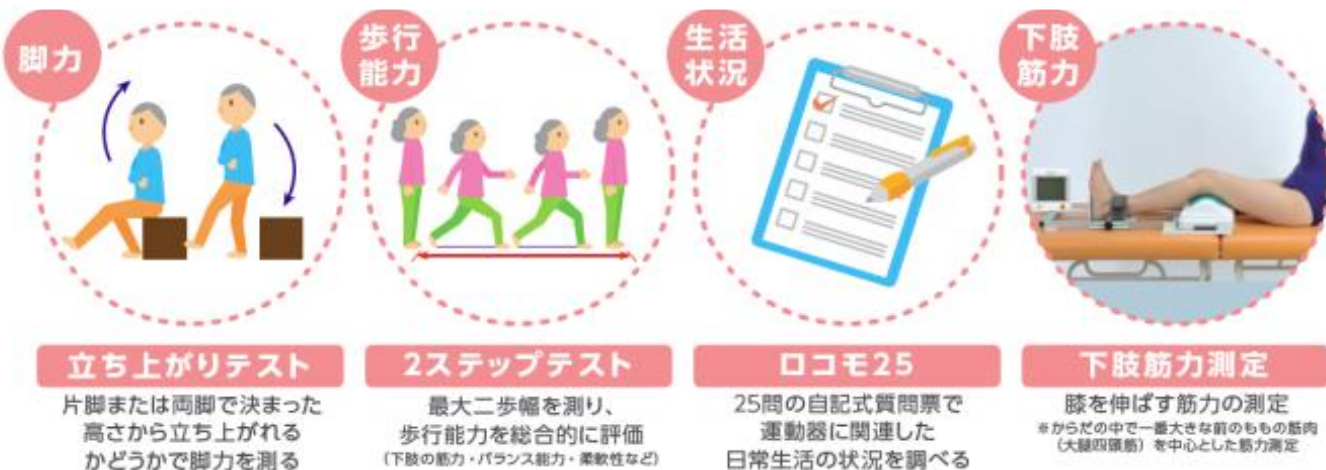
検査予約：健康管理センター予約係

836-7433（直通）9:00～15:00

検査費用：5,400 円（税込み）

事前予約：健診の 2 週間前まで

..... 4 つの測定を行います .....



画像：アルケア株式会社【ニュースリリース】「運動機能を評価 ロコモを診る「ロコミル」を実施」引用

## 【注意】

- 腰痛や膝関節痛のある方、皮膚がすりむけやすい方には、検査をご遠慮いただいております。
- 医師から運動を制限されている方、主治医のいる方は、検査を受けてよいか事前に相談した上でお申し込み下さい。
- 運動に適した、はき慣れた靴でお越しください（ハイヒールはご遠慮ください）