

人生100年時代。いつまでも自分らしく健康でいたい！

日本初

けいじゅフレイルブック



65歳に
なったら!

チェックしよう! フレイル

■ 第4金曜日 13:30~16:00開催 ■ 要予約

選べるコース	フレイル検診 (60分)	フレイル予防教室 (60分)
通常コース ¥9,900	○	○
NEW! お手軽コース ¥6,600	○	



NEW!

オプションコース (60分)
¥13,200 (¥3,300×4回分) 毎週水曜日 10:00~11:00

あなた専用のプログラムを健康運動指導士がつくれます。
プログラムの例: ストレッチ・筋力トレーニング・腰痛体操など
※通常コース・お手軽コースを選択した方が対象です

ご予約・お問い合わせは



恵寿総合病院 健康管理センター

0767-52-3211

平日 9:00~16:30

※価格はすべて税込み