

2026 第1弾

川西市主催

アクティブシニア
のための

からだ 測定会

介護予防ポイント付与対象



参加特典あり

参加
無料

予約不要

専門職（保健師など）へ相談できます

昨年度も多くの方に参加いただいた、
どなたでも気軽に参加できる測定会です。
今の自分の状態をチェックしてみませんか。

対象

川西市在住の概ね65歳以上の方

開催時間 ▶ 10:00～16:00 [15:30 受付終了]

緑台エリア のみ9:30～15:00 [14:30 受付終了]

川西南エリア

10月2日金

場所

マクドナルド川西加茂店
加茂5丁目1-11



緑台エリア

10月5日月

場所

River West SHOKUDOU
水明台1丁目1-157
(第2自治会館側道路入口)



多田エリア

10月22日木

場所

イズミヤ多田店
多田桜木1丁目8-3



明峰エリア

10月29日木

場所

萩原台タウンショップ
萩原台西1丁目
(萩原台バス停前)



第2弾は11月に実施!! 清和台、東谷、川西エリアで開催します。

測定内容の詳細は裏面をご覧ください。



測定内容

脳の健康度



「目で見るだけ」で、記憶力や注意力などをゲーム感覚で楽しくチェックできます。

所要時間:10分

体組成・筋肉量



体を動かすために必要な筋肉量などをチェックできます。

※裸足(両足)での測定です。
所要時間:1~2分

骨密度



骨の強さを簡易的にチェックできます。

※裸足(片足)での測定です。
所要時間:1~2分

専門職(保健師など)への相談



計測結果をもとに今後のアドバイスを聞いたり、日頃の健康に関する悩みを相談したりできます。

参加特典

もらって嬉しいプレゼントを用意しています。
ぜひ気軽にご参加ください。

※会場によって参加特典は変わりますので、ご了承ください。

混雑状況によっては、入場を制限させていただく場合がございます。予めご了承ください。

よくあるご質問

Q 予約は必要ですか

A どの測定も予約は必要ございません。ぜひ気軽にご参加ください。

Q 低視力・眼疾患があっても、脳の健康度はチェックできますか

A 会場で確認しますので、一度おこしください。もし測定できない場合でも、別の測定方法も用意しております。

Q 駐車場はありますか

A 測定会専用の駐車場や駐車サービスはございませんので、できるかぎり公共交通機関でご来場ください。

Q 対象(65歳以上・川西市在住)でなくても、参加できますか

A ご参加可能です。ただし、混雑時は対象者を優先とさせていただく場合がございます。

お問い合わせ

からだ測定会運営事務局(ウェルビーイング阪急阪神)

☎ 06-6676-8010

平日10:00~17:00
土日祝除く

※いただいた個人情報は本事業に関するご連絡以外には使用いたしません。

【注意】 以下の内容にご了承の上、ご参加ください。

- プログラムの内容は予告なく変更することがあります。また気象状況等により開催を見合わせる場合があります。
- プログラム内では、写真・動画撮影を行います。撮影したデータは広報などで使用することがあります。
- ご参加の際は、基本的な感染対策にご協力ください。