

来場者の皆さまに
プレゼント!
ご用意しています!

見て、学んで、体験して
楽しく健康になろう!

第1回 Do-Clinic

健康フェア

参加
無料!

お気軽にお越し
ください!

テーマ | **骨と筋肉** について **学ぶ** |

景品が当たる
抽選会
あります!

専門家によるセミナーや健康に関する
情報・体験が楽しめるイベント!

この機会に是非、ご家族・ご友人をお誘いのうえご来場ください!


体験
コーナー

- 骨密度測定 **先着順**
- 筋肉・脂肪・水分の体組成測定
- 運動機能測定 (ロコモチェック)
- 子どもお仕事体験 など (整形外科)



日時
10/20 日
10:00~15:00

会場
ウイステリア南1条ビル
札幌市中央区南1条西14丁目291-81
・地下鉄/東西線「西18丁目」駅5番出口より徒歩5分
・市電/札幌市電「西15丁目」駅より徒歩1分

 駐車場の台数が限られていますので、
できるだけ公共交通機関をご利用ください。



主催

Do-Clinic
整形・運動器リハビリテーション

後援

札幌市

日時 **10/20** 日
10:00~15:00

セミナーや各種体験コーナー・測定・相談等、
すべて **無料** でご参加いただけます!

健康セミナー

会場 B1F (ウイステリアホール)

講演テーマ

- ① 骨粗しょう症について
- ② 栄養と骨粗しょう症
- ③ 薬と骨粗しょう症
- ④ 運動と骨粗しょう症



タイムスケジュール 10:30~11:30
(3回講演をします) 12:00~13:00
13:30~14:30

*予約の必要はございません

医師が
勧める

健康グッズ体験

会場 3F (Do-Clinic院内)

当院で取り扱っている身体の動きを
変えるグッズを体験してみませんか?

- ① 足が使えるインソール
- ② 姿勢が整い、肩の動きが変わる
インナーウェア
- ③ 身体がほぐれるボール など

縁日

会場 1F (エントランス)

ひもくじ
何が取れるかな?~?



射的
的に当たれば、商品をゲット!



バスケット体験
ゴールは決められるか!?
3×3 FUz HOKKAIDOの
プロバスケット選手も来るよ~



あなたの
骨の
強度は?

骨密度測定 先着順 25名

会場 3F (Do-Clinic院内)

あなたの骨年齢は?
この機会に正確に骨密度
を測ってみませんか?

*先着順となります



あなたの
身体は
何才?

運動機能測定

(ロコモチェック)

会場 3F (Do-Clinic院内)

バランスや筋力などが
意外と落ちているかも?
お子様も大人も一緒に
評価してみませんか?



筋肉・脂肪・水分の体組成測定

会場 3F (Do-Clinic院内)

見えない身体の中の筋
肉や脂肪の割合だけで
なく、水分も大事です。
一度自分の身体のバラ
ンスを測ってみませんか?



女性の健康

会場 3F (Do-Clinic院内)

指の痛みや骨粗しょう症
や尿もれなど、女性に多い
症状について、知識を
高めませんか?



子どもお仕事体験 (整形外科)

会場 3F (Do-Clinic院内)

車椅子や包帯、
超音波検査など
プチ体験して
みませんか?



健康お悩み相談

会場 3F (Do-Clinic院内)

骨や筋肉についてお困りの
ことを相談してみませんか?
看護師、理学療法士が丁寧
にお答えいたします。



筋膜リリース体験 (ラクリス)

会場 3F (Do-Clinic院内)

最短90秒で筋膜
リリースを実感!
新感覚のケアを体験
してみませんか?



スタンプラリー 開催中に各ブースを
スタンプ3個集めてプレゼントをゲット!
3か所以上回って、
スタンプを集めましょう~

Wチャンス

後日抽選にて何か
プレゼントがもらえるかも!?

