



- ・握力 → 全身の筋力
- ・2ステップ → 下肢の筋力
- ・立ち上がり → 下肢の筋力・バランス力・柔軟性
- ・唾液検査 → 虫歯のリスク・歯周病のリスク
- ・皮膚カロテノイド → 緑黄色野菜の摂取量
- ・骨密度測定
- ・尿検査（Na、K）

(4) 結果説明・健康講話

健康度測定、健康調査票、血液検査データから作成された個人結果表を見ながら、結果の見方や自身の健康度を理解する。

(5) フォローアップ教育（10ヶ月）

毎月1回テキストを配付

8 申込方法

希望する所属所等は、申込書（様式 QOL健診）により、支部に申し込むものとする。

9 決定通知

支部は、実施の可否を決定し、申込みのあった所属所等に通知する。

10 経費

支部が負担する。