

秘伝！ 健康を楽しく学んで、家族で元気いっぱい にんにん健康 UP フェア

「楽しいだけじゃ、物足りない・・・」「役に立つだけじゃ、つまらない・・・」
忍者という親しみやすいキャラクターによる家族で楽しく学べる健康づくりのご提案です。



秘伝！ 忍法にんにん健康チェックの術

あなたの筋肉と脂肪バランスは

人間の身体を構成する
体成分をチェック。

身体の体重に対しての筋肉量と
脂肪量のバランスが測定出来ます。

この測定
まちかねたぞ～

えっ!!
ここまで
わかるなり

- ▶ 体成分分析
- ▶ 筋肉・脂肪量測定
- ▶ 部位別筋肉バランス測定
- ▶ ウエストヒップ比
- ▶ 体力ポイント 等



6才～

あなたの骨はつよいでござるかな？

かかとで骨の強さを測定。

あなたの骨の強さを
チェックしましょう。

カルシウムを
いっぱいとるなりよ



9才～

あなたの体力年齢はいくつなり

健康的なバロメーターとなる
体力測定を実施。

あなたの体力年齢が分かります。

体力がないのは
誰でござるかな？

じっくり運動を
するなり～

測定例

- <形態・血圧測定>
- ▶ 身長・体重
- ▶ 体脂肪率・肥満度
- ▶ 血圧・脈拍
- <体力測定>
- ▶ 握力・肺活量
- ▶ 全身反応時間・垂直飛び
- ▶ 長座位体前屈



3才～

あなたの血管年齢はいくつなり

指先にセンサーをあてるだけで
簡単測定。

あなたの血管年齢が分かります。

血液に良い
食事をとるなり～
運動も大事で
ござる



18才～

忍者健康体操

強靭な体を支える忍者達の誰でも出来る、「忍者健康体操」を伝授いたします。ところどころに
忍者のポーズやアクションを取り入れ子供から大人まで皆様に参加頂ける楽しい健康体操をご提供いたします。

Spcom 株式会社エスピーコミュニケーションズ

〒650-0031 神戸市中央区東町 113 大神ビル 802
PHONE 078-326-2660 FAX 078-326-2661

ホームページ

<http://www.spcom2001.co.jp>

担当（ ）が承ります。お気軽にご相談ください。