

年1回
無料

(上限あり)

【令和8年度版】

明治安田厚生事業団

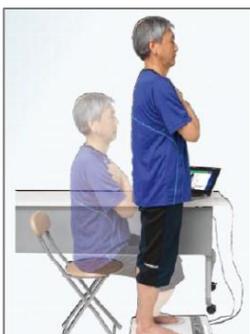
(鉄二健保委託会社)

健康づくり測定会一覧



1. 体組成・運動機能測定

体組成（BMI、筋肉量、均質、体脂肪率、筋肉総合評価）を筋肉との関連で評価します。運動機能測定と組み合わせて測定することもできます。測定結果をもとに、アドバイスします。



2. 自律神経バランス測定・血管年齢測定

ストレスなどで自律神経のバランスが崩れると、やる気が出ない、寝つきが悪い、血糖や血圧が上がるなどメンタル不調や健康障害の原因になります。

自律神経バランスを整える方法をご紹介します。



自律神経バランス測定
血管年齢測定
と組み合わせ可能！



3. 脳体力チェック

人生100年時代。認知症にならずに生涯元気で過ごしたい。

そのためには今から何をしたら良いの？

そんな疑問にお答えします。



※5種目測定が基本ですが、測定人数等により、2種目簡易版もあり！

- 実施日の1か月以上前にお申込みください。
- 申し込み後、キャンセルされる場合は、速やかに業者へご連絡ください。状況によって違約金が発生する場合があります。
- 費用は原則年1回、健保が負担（上限15万円まで）いたします。複数日の実施やオプションを希望されるは事業所様負担が発生する場合がございます。

お問合せ・お申込みは・・・ 東京都鉄二健康保険組合 保健事業部 TEL:03-3835-4341