

サービス及び料金一覧

基本サービス（無料）

- 松本ヘルス・ラボオフィスの利用（InBodyや骨密度測定、保健師による健康相談等）
- 「松本ヘルス・ラボだより」の送付
- 協賛店（飲食店、施設）の利用料金の割引等
- スマートフォンアプリ（健康状態の見える化や、健康づくりに関する通知機能）の利用
→2021年度中に提供を開始する予定です。

有料で受けられるサービス

項目		サービスの概要	参加料金 (1回あたり)
健康チェック (2月頃、7月頃の年2回開催)	体力測定	基礎的な体力等（血圧、握力、障害物歩行など）を測定	1,500円
	血液検査	肝機能、コレステロール、腎機能、貧血などの検査	1,500円
	尿検査（2月頃のみ）	「VitaNote」での栄養状態の検査	1,500円
健康プログラム (年12回開催)	ラジオ体操プログラム	専門講師とのラジオ体操	300円
	健康フィットネスプログラム (全体)	リズム体操やラフターヨガ、ストレッチなどの健康プログラム	300円
	健康講座プログラム	健康に役立つ様々な新しい情報等の講座	300円
その他サービス (都度開催)	健康フィットネスプログラム (セミプライベートレッスン)	地区の体育施設等でのフィットネスプログラム（格闘技エクササイズ、美ボディエクササイズなど）	300円
	会員交流サービス	料理教室、バス旅行	都度

総合健康チェックサービスにお申込みいただくと、健康チェック・健康プログラムを年間3,000円で利用でき、大変お得です。

※2月頃に実施する健康チェックでは、血液検査か尿検査のどちらか一方を選択していただきます。

※基本サービス、有料サービスを受けるためには会員証が必要です。