2023年5月

2023年度　上半期健康チェックのご案内

2023年度上半期の健康チェックを、下記の通り行います。ぜひ、ご参加下さい♪

1　日　時：別紙「2023年度　上半期健康チェック申込書」をご覧ください。
いずれか1つを選択（重複不可）してください。

2　申込期限：6月16日（金）17:00までに、

メールでの受付は致しません

①郵送　②電話（39-1139）③**ＦＡＸ**（39-5539）でお申込下さい。

※注意※　締切日以降の申込、また当日受付は致しません。

3　当日の日程（流れ）：

時　　間	内　　容
8:50～9：40	①　総合受付 ②　血液検査
朝食後、順次④へ	③　血液検査の済んだ方から朝食
10：00頃～ 12：00（予定）	④　血圧・体温測定、胸囲・腹囲測定など ⑤　身体測定 ⑥　ストレッチ・体力測定等

4　持ち物・服装：

会員証は忘れずに！

松本ヘルス・ラボ会員証（必ず必要です）

運動着（ボディースーツ、ストッキング不可）・体育館用運動靴・タオル・マスク（着用は個人の判断で）　飲み物・朝食（採血の方のみ）・　内服薬（ある方のみ）

5　血液検査の注意事項：

①　前日21時以降、当日採血終了までは、水以外を飲食しないでください。
※薬を飲んでいる方は主治医にご相談ください。**朝はコップ1杯程度の水・お湯をお飲みください。**

②　当日は総合受付で受付を済ませてから採血を受けてください。
採血は9時40分に終了します、**9時20分までに必ずお越しください。**

③　血液検査終了後、各自で朝食をとってください。（朝食をご持参ください）

④　当日の連絡先：070-1406-9136

6　その他：

基本サービスの方は
ご確認ください！

●時間に余裕を持ってお越し下さい、また、進行状況により終了時間が遅くなる場合があります。
●基本サービスの方は、参加料金を事前にお支払い頂く必要がございます。
（体力測定1,500円、血液検査 1,500円）
⇒支払場所：松本ヘルス・ラボ　　支払期限：2023年6月30日まで（平日のみ　10～17時まで）
●コロナ感染予防策を各自でお願いします。また、体調に不安がある方は、ご連絡ください。