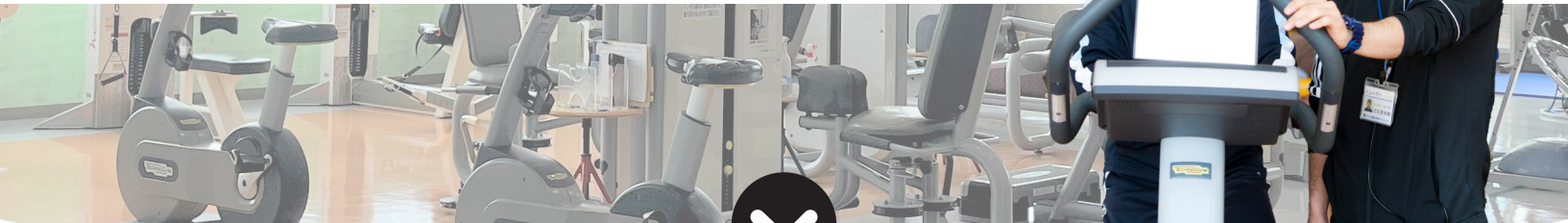


# メディカルフィットネス rokuto

ロクト整形が運営する地域の皆さまのための疾病予防施設



骨粗治療には  
運動療法も大切です！

新たに！

骨粗鬆症チーム監修

## 骨力サポートコース できました！

運動で  
骨を元気に！

当院で新たにオープンした施設「メディカルフィットネス rokuto」で  
私たち、骨粗鬆症チーム監修のトレーニングメニューが受けられます。



### 運動療法を併用することで期待できる効果

骨代謝UP



骨の新陳代謝を  
促進します

バランス力の向上



バランストレーニングで  
転倒リスクを減らします

姿勢改善



体を支えるための筋肉を  
鍛え、正しい姿勢に！

入会金

¥5,500(税込)

▼  
半額

月額

¥5,500

(税込)

体験入会

無料

✓ロコモ度チェックが  
受けられます。

※入会金半額は、当院で骨粗鬆症治療を継続している方のみ対象です。

## 骨力サポートプラン入会までの流れ

1〜3までは無料で実施

step  
01

### 担当医師に入会希望と伝える

まずは担当の先生に相談、もしくはメディカルフィットネス受付スタッフにお声かけください。

step  
02

### 骨粗鬆症評価テストを実施

当院の骨粗マネージャー監修の評価テストを行い、ロコモ度や転倒リスク、姿勢などの体の状態をチェックします。

step  
03

### 入会手続き

メディカルフィットネスへ入会を希望する方は、そのまま入会手続きを行います。

step  
04

### 評価テストの結果をもとに運動プランを作成

骨粗マネージャー監修の骨力サポート運動プランをご提案致します。(ご自宅でできるトレーニングメニューも配布)

step  
05

### 6ヶ月に1回、定期評価を行う

骨密度計測月に合わせて、再度評価テストを行い、レベルアップを図ります。



ロクト整形には現在、11名の「骨粗鬆症マネージャー」と呼ばれる一般社団法人骨粗鬆症学会に認定された専門スタッフと認定医が在籍しています。

## ▶ メディカルフィットネスrokuto 営業時間

平日 午前 9:00 ~ 13:00 (最終受付 12:00 まで)  
午後 14:00 ~ 18:00 (最終受付 17:00 まで)  
土曜 午前 9:00 ~ 13:00 (最終受付 12:00 まで)  
午後 14:00 ~ 17:00 (最終受付 16:00 まで)

## ロクト整形外科クリニック

☎ TEL 080-6494-6912

〒901-2131 沖縄県浦添市牧港2丁目46-12 202

定休日 日曜日・祝日