

目指せ! 富士山山頂!

MBP®習慣

チェックシート

MBP®
3600mg

富士山は 3776m



◇ GOAL ◇

おめでとうございます!

*ゴールされた、この機会にぜひ、骨密度を測定してみてください。
骨密度測定については裏面をご覧ください。

残すところあと10日!
頑張ってください!

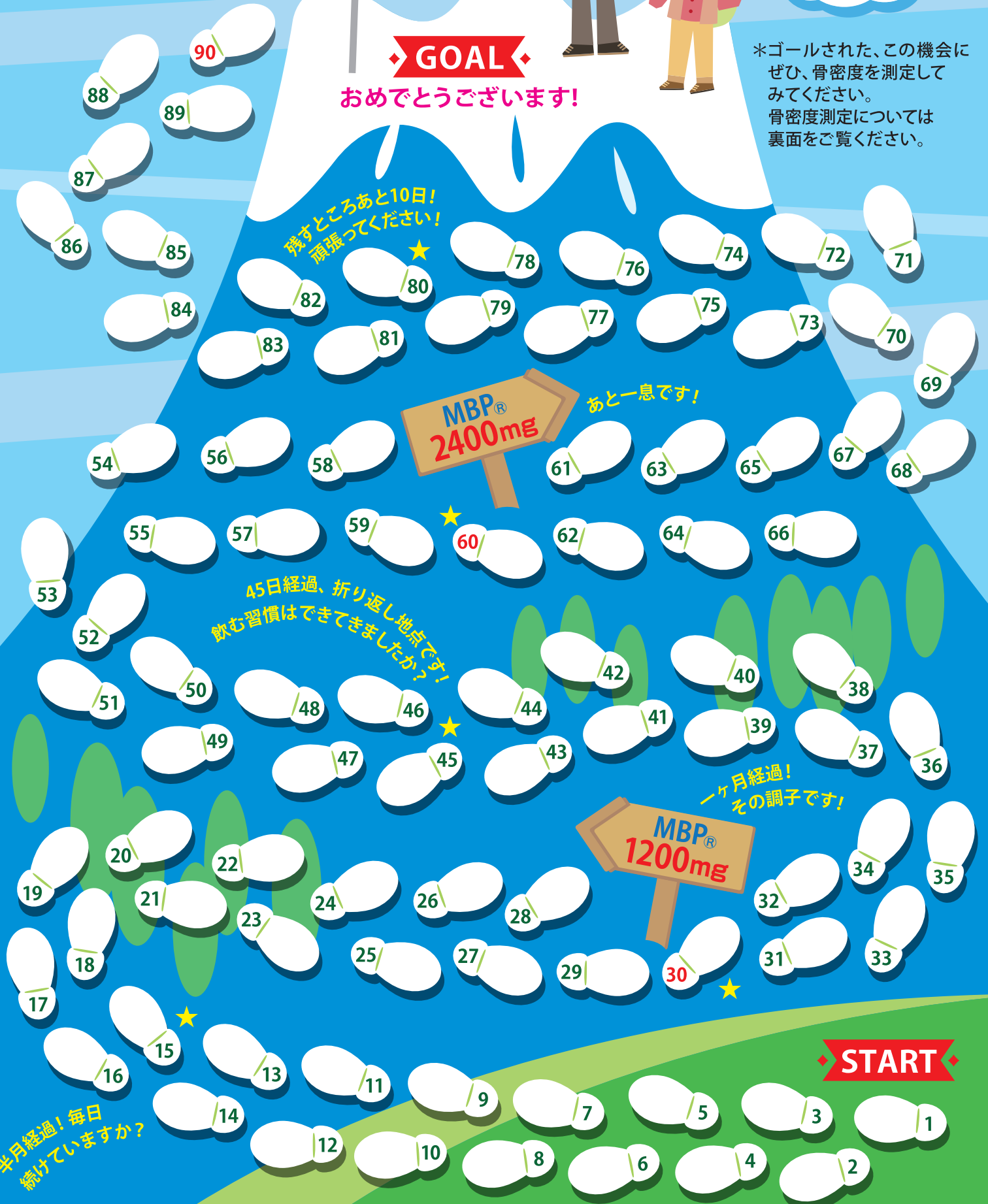
あと一息です!

45日経過、折り返し地点です!
飲む習慣はできてきましたか?

一ヶ月経過!
その調子です!

半月経過! 毎日
続けていますか?

◇ START ◇





「あれ?今日の分のMBP®, 飲んだかな?」

つい飲み忘れて余らせてしまう、
そんなお悩みのために「MBP®習慣チェックシート」をご用意致しました。
富士山に登れるような丈夫な身体を目標に、
MBP®習慣を始めましょう!
まずは3ヶ月間(90本)MBP®とチェックシートを続けてみてください。

使い方

- ①飲んだ日は足跡の上に日付をご記入ください。
- ②チェックシートは、冷蔵庫などの目に留まりやすい場所に貼っていただくと、毎日忘れずお飲みいただけます。
- ③他のお客様からは、飲む時間をお決め頂くと、習慣ができて飲み忘れを防ぐことができる、
というお声をいただいております。参考にされてみてはいかがでしょうか。

骨密度測定について

骨密度測定では、成人(20~44歳)の平均値を基準とした時、
70~80%は要注意、70%未満は骨粗しょう症と判定されます。

骨密度測定は、各自治体の骨粗しょう症検診やお近くの整形外科での測定など、
受診場所によって測定機や費用が異なります。
詳しくは、お住まいの自治体や保健所にお尋ねください。

また、骨粗^{しょう}症財団のホームページからも
骨粗しょう症の診療を専門的に扱っている全国の病院を調べることができます。

公益財団法人 骨粗鬆症財団
www.jpof.or.jp

定期的な骨密度測定で、ご自身の骨の状態をチェックしましょう!