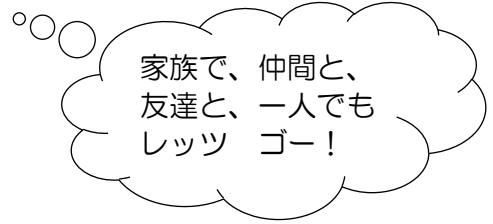


令和3年度 町民体力測定会のご案内

1 目的 若者から高齢者まで体力測定会に参加し、それぞれの体力等の状態を確認し合うことで健康と運動に対する関心を高め、スポーツに親しむ習慣を身につけていただく。

2 主催 雫石町教育委員会

3 協力 雫石町スポーツ推進委員協議会
(一財) 雫石町体育協会



4 日時 令和3年10月6日(水) 15時00分～20時30分
※19時30分受付終了

5 会場 雫石町営体育館

6 対象 20歳以上の健康な町民

7 参加費 無料



8 項目 【20～64歳】握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、
20mシャトルラン (6項目)

【65～79歳】握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、
6分間歩行 (6項目)

9 評価 終了時に各自の評価表をお渡しします。

10 持ち物 上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装など

- 11 その他
- ・測定は、スポーツ推進委員、町体育協会職員等が担当します。
 - ・健康管理には十分配慮し、無理をしないで実施してください。
 - ・貴重品は各自の管理となりますので、必要以上は持参しないで下さい。
 - ・検温、健康チェック、血圧測定などの結果により、測定できない場合もあります。
 - ・**新型コロナウイルス感染予防としてマスク着用及び手指消毒へのご協力をお願いします。**

12 申込み 下表に記入しFAXするか、電話でお申込み下さい。
※当日参加も大歓迎です!

(お問合せ) 雫石町中央公民館内 生涯学習スポーツ課 生涯スポーツ係
電話：019-692-4181 FAX：019-692-4183



| No. | 氏名 | 年齢 | 性別 | 住所 | 電話番号 | 備考 |
|-----|----|----|----|----|------|----|
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |