

# 令和5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) 雫石町スポーツ協会
- 4 日時 令和5年10月28日(土) 9時00分～12時00分  
※11時30分受付終了
- 5 会場 雫石町営体育館
- 6 対象 6歳以上の健康な町民
- 7 参加費 無料
- 8 項目 【6～64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歳以上】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
- 11 その他
  - ・測定は、町スポーツ推進委員、町スポーツ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。
- 12 申込み 下記のQRコード、電話、FAXでお申込み下さい。 ※当日参加も大歓迎です！  
※当日参加も大歓迎です！

家族で、仲間と、  
友達と、一人でも  
レッツゴー！



(お問合せ) 雫石町教育委員会 生涯文化スポーツ課 スポーツ振興室  
鶯宿温泉スポーツセンター内  
電話：019-681-6673 FAX：019-681-6674



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