

報道機関各位

## 体力測定会を開催します！

知っていますか？ご自身の体のこと。

体力測定にチャレンジして今のご自身の体の状態を確認しましょう！

ご家族そろってのご参加もお待ちしています。

**日時** 令和6年5月25日（土）13時30分～16時30分 受付13時～

**会場** 箕輪町町民体育館・箕輪町武道館

**対象者** 小学生以上の箕輪町民

※血圧が高い方、当日の「健康状態のチェック」で具合が悪い点がある方は、参加を見合わせていただく場合があります。

**持ち物** 運動のできる服装・運動靴・タオル・飲み物

**参加費** 無料

**申込み** 申込フォームよりお申し込みください。

<https://logoform.jp/form/6gRD/564784>



### 実施内容

●新体力テスト（スポーツ庁）

〔小学生～64歳の方〕

①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④反復横跳び ⑤20mシャトルラン ⑥立ち幅跳び

〔65歳以上の方〕

①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④開眼片足立ち ⑤10m障害物歩行 ⑥6分間歩行

※実施困難な種目がある方は、可能な種目のみ実施します

●健康測定ブース（協力：株式会社マルエー）

**その他** 箕輪町健康ポイント対象事業です（50ポイント）

添付資料  有  無

箕輪町子育て少子化対策  
キャッチコピー

みんなで育てる みのわっ子  
～パパになるなら箕輪町  
ママになるのも箕輪町～

文化スポーツ課 スポーツ振興係  
（課長）小澤 雄一（担当）吉見 竜成  
電話：0265-70-6601（直通）  
FAX：0265-79-6368  
E-mail：shougai@town.minowa.lg.jp

# 体力測定会



知っていますか？ご自身の身体のこと。

ご自身の体力を測定して、普段の生活習慣を見直す機会にしましょう！

家族そろってのご参加もお待ちしています！

日時

2024年 5月25日 [土]

13:30 ~ 16:30（受付13:00~）

場所

- ・町民体育館
- ・町民武道館

[対象] 小学生以上の箕輪町民

[参加費] 無料

[持ち物] 運動のできる服装・運動靴・タオル・飲み物

[申込み] 下記二次元バーコードから (<https://logoform.jp/form/6gRD/564784>)

[締切] 5月15日（水）17:00

## 【実施内容】

## 新体力テスト〈スポーツ庁〉

### 小学生～64歳

- ・握力 ・上体起こし
- ・長座体前屈 ・反復横跳び
- ・20mシャトルラン
- ・立ち幅跳び

### 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



## 健康測定ブース

〔測定機器〕

普段なかなか測定することのできない

骨密度測定 血管年齢測定 体組成計

ご自身の身体について調べてみましょう！

協力：株式会社マルエー

主催 箕輪町教育委員会  
文化スポーツ課 スポーツ振興係

共催 箕輪町スポーツ推進委員会

お問い合わせ  
0265-70-6601  
申し込みフォーム

