



～ご自分の体力レベルをご存知ですか!?～



大人の体力測定参加者募集!



勝浦市スポーツ推進委員連絡協議会では、健康寿命を延ばすことを目的に、国際武道大学のご協力のもと大人の体力測定を実施します。
本年度は千葉県教育委員会主催の体力・運動能力調査を兼ねています。

○開始から終了まで国際武道大学の担当者がついて測定します○

〔令和8年度 大人の体力測定実施要項〕

- ◆主 催 千葉県教育委員会・勝浦市教育委員会
 - ◆主 管 勝浦市スポーツ推進委員連絡協議会
 - ◆協 力 国際武道大学
 - 日 時 令和8年6月21日(日) 午前10時～12時
 - 受 付 午前9時30分～10時00分(受付終了後、順次、体力測定を開始いたします。)
※受付から終了まで1時間程度かかります。
 - 会 場 国際武道大学 9号館
 - 対 象 20歳～79歳の方
※80歳以上の方は測定種目に制限がかかる可能性があります。
ご了承いただける場合は年齢に関係なくお申込みいただけます。
 - 定 員 先着30名
 - 募集締切 令和8年6月11日(木) **※当日参加は不可**
 - 測定種目 参加者は体調チェックの後、下記の種目を測定します。
○20歳～64歳 ①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④反復横とび
⑤20mシャトルラン(往復持久走) ⑥立ち幅とび
○65歳～79歳 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
 - 申込方法 ①生涯学習課 窓口(市役所4階 平日8:45～16:30)
②電話:73-6665
③FAX:73-9066
④Mail:syougaku@city-katsuura.jp
⑤勝浦市ホームページ(右の2次元コードから申込可) 
- 住所・氏名・測定日当日の年齢・性別・電話番号・健康状態をご明記ください。
- 
- 参加費 無料
 - 持ち物 タオル・着替え・室内用スポーツシューズ・飲み物・記録用紙(過去の参加者のみ)
※過去に参加された方は、記録用紙をご持参くださいますようお願いいたします。
測定開始前に健康チェックを行います。
 - その他 調査票に必要事項を記入する際、メガネが必要な方は、ご持参ください。
高血圧・関節痛等の持病のある場合は、事前に医師とよく相談のうえ、ご参加ください。なお当日の会場において血圧及び脈拍を測定し最高血圧:160mmHg以上・最低血圧:95mmHg以上、または脈拍:100拍/分以上の場合は、測定を行うことができませんのでご了承ください。

※申込後に参加をキャンセルされる場合は、生涯学習課までご連絡ください。

当日に欠席される方は、当日専用電話番号へご連絡ください **(090-1651-8880)**

※当日撮影した写真は社会教育活動・広報等に使用する可能性がありますので予めご了承ください。

※個人情報については当事業及び市の運動・健康に関する事業に利用させていただく可能性がございます。

令和8年度 大人の体力測定【前期】 参加申込書

令和8年 月 日

R8大人の体力測定【前期】

ふりがな		性別	男 ・ 女	受付印
氏名		年齢	歳(当日の年齢)	
住所	〒 電話番号 ()	健康状態	良好 その他()	