

# 健康測定会

日 時 : 令和4年10月10日(月・祝) 10:00~16:00

1回目	10:00~11:00 (受付時間 9:50~10:00)
2回目	11:00~12:00 (受付時間 10:50~11:00)
3回目	13:00~14:00 (受付時間 12:50~13:00)
4回目	14:00~15:00 (受付時間 13:50~14:00)
5回目	15:00~16:00 (受付時間 14:50~15:00)

※各回定員は10名となります。また、事前申込みが必要となります。

上記の時間帯の中から、ご都合の良い時間帯にお申し込みください。

場 所 : ふれあいランド岩手 陸上競技場

※雨天の場合は体育館

実施内容 : 握力・長座体前屈・開眼片足立ち・6分間歩行

体組成成分測定 (筋肉・脂肪の量などのバランス分析測定)

受講料 : 一般110円 障がい者、高齢者(65歳以上)は無料

持参品 : 運動しやすい服装、タオル、飲み物、事前問診票など

※雨天時は内履きをご持参ください。

申込み : 9月5日(月)より受付開始 10月6日(木)締切

☎お問合せ☎ ふれあいランド岩手スポーツ指導グループ **637-4469**