

第13回総合福祉センターまつり体力測定 実施報告

【概要】

令和8年3月7日（土）及び8日（日）に第13回総合福祉センターまつりを実施することに伴い、その中で、スポーツ推進委員が市民のスポーツ推進を図ることを目的に、来場者に対して体力測定及び転倒予防教室を実施したものである。

1 日時

令和8年3月8日（日）

9時30分から12時00分まで

2 場所

総合福祉センター4階401・402会議室

3 内容

- ・新体力測定（握力及び開眼片足立ち）
- ・転倒予防教室（ゆりかご運動、後ろ受け身カラダジャンケン、ランジ運動など）

4 参加人数

84人（男性20人、女性64人）

5 協力

スポーツ推進委員：11人

生涯学習課職員：4人

