

令和8年度会津若松市体力・運動能力調査実施要項

- 【趣 旨】 市民に自分の体力・運動能力の現状を把握する機会を設けるとともに、次年度の国の調査につながるように市独自で開催する。
- 【主 催】 会津若松市教育委員会
- 【主 管】 会津若松市スポーツ推進委員会
- 【期 日】 令和8年6月27日（土）
- 【会 場】 鶴ヶ城体育館（福島県会津若松市城東町14-51）
- 【日 程】 受 付 午後3時00分～午後3時30分
説 明 午後3時30分～午後3時45分
測 定 午後3時45分～午後6時00分（終了予定）

【対 象】 市内在住、在勤、在学の20歳～79歳までの男女

- | 【種 目】 | 〈20～64歳〉 | 〈65～79歳〉 |
|-------|-------------------|-----------|
| | ①握力 | ①握力 |
| | ②上体起こし | ②上体起こし |
| | ③長座体前屈 | ③長座体前屈 |
| | ④反復横とび | ④開眼片足立ち |
| | ⑤20mシャトルラン（往復持久走） | ⑤10m障害物歩行 |
| | ⑥立ち幅とび | ⑥6分間歩行 |

【申 込】 「申込用紙」に必要事項を記入または、「申請フォーム」に必要事項を入力し、会津若松市教育委員会文化スポーツ課スポーツ推進グループまで提出。

申込期限 令和8年6月19日（金）

【持ち物】 室内用シューズ、タオル、飲み物、運動できる服装

【注意事項】

- (1) 医師から運動を禁止または制限されている方は調査を実施できません。
- (2) 調査中に体調が悪くなった場合は、速やかに申し出てください。
- (3) 調査中は適時休憩や水分補給を行いながら実施してください。
- (4) この調査の目的は、体力・運動能力の現状を把握するために実施するものです。日常的に運動されてない方は、決して無理をしないでください。
- (5) 調査前に、準備体操として会津若松市民体操を行います。整理運動につきましては各自で適切に行ってください。
- (6) 上体起こしは、腰痛の自覚症状がある方は調査を実施できません。

(7)熱中症予防のため、こまめな水分補給を行ってください。

(8)提出された個人情報は、本調査の目的以外に使用しません。不要となった個人情報については、速やかに且つ適正に削除・廃棄します。

【問い合わせ先】 会津若松市教育委員会文化スポーツ課スポーツ推進グループ

TEL 0242-39-1306 FAX 0242-39-1462