

第4回

## からだ年齢測定会

全年齢対象・参加費無料

11月17日(日)

受付時間：1部 10:00～11:00  
2部 11:30～12:30場所：前橋市総合福祉会館  
(前橋市日吉町2-17-10)測定が終わったら  
飲み物プレゼント!にゃんだ  
人間だけか

## 応募方法

応募方法は全部で4種類!

- ①右記QRから申込み。
- ②申込用紙を郵送。
- ③申込用紙をFAX。
- ④電話にて申込み。

※定数に達し次第、締切となります。  
※申込期限は2024年11月8日(金)です。  
※郵送・FAX・電話にてお申込みの方は下記までお願いします。

申込用QR



## お問い合わせ

NPO法人 前橋在宅ケアネットワークの会

〒371-0037 前橋市上小出町2丁目42-5  
TEL 027-235-6283(平日 13:00～17:00可)  
FAX 027-235-6284  
E-mail npo.sasaeai2023@gmail.com



## 測定項目

〈シニア・成人・子どもの部〉

握力 / 2ステップテスト / 片脚起立テスト / 上体起こし / 長座体前屈 / 立ち幅跳び / 開眼片脚立位保持時間 / 膝伸展筋力 / 10m 障害物歩行テスト / 6分間歩行テスト / 10m 歩行テスト / 野菜摂取度測定器ベジミル

〈幼児の部〉

テニスボール投げ / 両足連続跳び越し / 後方ハイハイ走

## 当日の流れ

- ①受付
- ②準備体操
- ③各種測定
- ④総合所見

主催：前橋市はつらつカフェ連絡協議会準備会  
(街なかはつらつフォーキング会・ふじみはつらつカフェ・平日 HONMAYAでお楽しみ講座)  
共催：前橋市・NPO法人 群馬骨ケアネットワーク  
後援：前橋市教育委員会  
協賛：公益財団法人 骨粗鬆症財団  
協力：東前橋整形外科病院 / 上小出クリニック / 市川クリニック / 小山歯科医院 / 群馬医療福祉大学 / 株式会社いつき / 上毛鍼灸院 / 宅配クック123 / 群馬ヤクルト販売株式会社 / 第一生命 群馬支社 / マツダ印刷株式会社 / HALEON ジャパン株式会社

第4回 からだ年齢測定会

## ◆ 申込用紙 ◆

※下記情報は2024年11月17日  
開催イベントでのみ使用します。

フリガナ		受付時間	TEL	( )
代表者氏名		どちらかに○をお願いします。	人数	A. シニアの部 (65歳以上) … 人
住所	〒	1・2		B. 成人の部 (18～64歳) … 人
		10:00 11:30		C. 子どもの部 (6～17歳) … 人
		11:00 12:30		D. 幼児の部 (6歳未満) … 人