

# ロコモチェック測定会

ロコモとは、運動器症候群「ロコモティブシンドローム」の略で、骨や関節、筋肉等の運動器の衰えが原因で、「立つ」「歩く」といった機能が低下していることをいいます。

この測定会は、健康データを見える化してくれる「健幸 a i ちゃん」を使って、ご自身の身体を点数化し、将来ロコモになる危険度を判定してくれます。

1. 主催 公益財団法人神奈川県スポーツ協会
2. 協力 神奈川県立大学 創造工学部 ロボット・メカトロニクス学科  
健康福祉支援開発センター所長 高橋 勝美 教授
3. 開催日程 令和4年2月18日(金)、19日(土)、20日(日)のいずれか1日
4. 時間 各コースとも 30分(12:00~13:00は除く)

コース	時間	コース	時間
A	10:00~10:30	G	14:00~14:30
B	10:30~11:00	H	14:30~15:00
C	11:00~11:30	I	15:00~15:30
D	11:30~12:00	J	15:30~16:00
E	13:00~13:30	K	16:00~16:30
F	13:30~14:00	L	16:30~17:00

5. 会場 神奈川県立スポーツ会館 〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
6. 参加料 500円(神奈川県スポーツ協会主催 令和3年度冬期スポーツ教室参加者)  
1,000円(一般参加者)
7. 対象 45歳以上の方ならどなたでも参加できます
8. 募集定員 各コース 1名
9. 内容 【講義】録画による高橋教授のお話(10分)  
【測定】健康 a i ちゃんによる測定(20分)  
(1) スタンドアップテスト  
(2) 3ステップテスト  
(3) カラーワードテスト
10. 申込方法 県スポーツ協会のホームページ又はハガキ、FAX、E-mailのいずれかに  
「ロコモチェック測定会、希望日、希望コース、氏名(ふりがな)、性別、  
生年月日(西暦)、年齢、〒、住所、電話番号、FAX、令和3年度冬期ス  
ポーツ教室にご参加の場合は教室名」を明記し、申込締切日までにお申し込  
みください。  
※個人情報の取り扱いについては、当測定会でのみ使用させていただきます。
11. 申込締切日 **令和4年 1月 21日(金)**
12. その他 ※健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の許可を得てからご参加く  
ださい。

<申込み・問合せ先> 〒221-0855  
横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内  
(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ会館 ロコモチェック 係  
電話 045(311)0653代  
FAX 045(311)0637  
E-mail soum.kikaku.kanagawaken@japan-sports.or.jp  
URL <http://www.sports-kanagawa.com>

## お申込み方法

ロコモチェック測定会に参加をご希望の方は、県スポーツ協会のホームページ又はハガキ、FAX、E-mailのいずれかに、「ロコモチェック測定会、希望日、希望コース、氏名（ふりがな）、性別、生年月日（西暦）、年齢、〒、住所、電話番号、FAX、令和3年度冬期スポーツ教室にご参加の場合は教室名」を明記し、申込締切日までにお申し込みください。

申込締切日以降に、ご本人様宛に参加決定通知及び参加料のお振り込みのご案内を郵送いたします。

申込締切日 1月 21日（金）

※個人情報の取り扱いについては、当教室でのみの使用といたします。

※各コース1名のため、複数名いた場合は、抽選とさせていただきます。その際、抽選から外れた場合は、こちらから代替えの日時をご連絡いたします。

なお、申込締切日を過ぎても定員に空きがあるときは、追加受付をする場合がありますので、下記までお問い合わせください。

※健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の許可を得てからご参加ください。

※新型コロナウイルス感染症拡大等の状況により、中止する場合がございます。 予めご了承ください。

<申込み・問合せ先> 〒221-0855

横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内  
(公財) 神奈川県スポーツ協会 スポーツ会館 ロコモチェック係

電話 045(311)0653(代) FAX 045(311)0637

E-mail [soum.kikaku.kanagawaken@japan-sports.or.jp](mailto:soum.kikaku.kanagawaken@japan-sports.or.jp)

URL <http://www.sports-kanagawa.com>

キリトリ線

キリトリ線

## ロコモチェック測定会 申込書

令和 年 月 日

希望日 2月 日 ( )	希望コース
ふりがな 氏 名	男 ・ 女
生年月日 (西暦) 年 月 日	年齢 歳
〒 住 所	
電話番号	FAX
令和3年度冬期スポーツ教室名 (ご参加の場合のみ記入)	