

# ロコモチェック・骨密度測定会

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言います。

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」を使って脚の筋力を測定し点数化して、将来ロコモになる危険度を判定してくれます。また、骨密度測定や体組成測定も同時に開催します。

- 主催 公益財団法人神奈川県スポーツ協会
- 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 高橋 勝美 教授
- 開催日程 令和5年8月26日(土)
- 希望の部 午前の部 9:30~11:30 午後の部 13:15~15:15
- 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
- 参加料 500円(本会主催 令和5年度春期・夏期スポーツ&カルチャー教室参加者)  
1,000円(一般参加者)
- 対象 45歳以上の方ならどなたでも参加できます
- 募集定員 各部 15名
- 内容 (1) 高橋教授による講話  
(2) 体組成測定(身長、体重、筋量、体脂肪)  
(3) 健幸 a i ちゃんの体験(脚筋力)  
(4) 骨密度測定

申込はこちら



10. 申込方法 Google フォーム (<https://forms.gle/vh6uhr15a9YnfJkC9>) または郵送のいずれかで「ロコモチェック・骨密度測定会、希望の部、氏名(ふりがな)、性別、生年月日(西暦)、年齢、〒、住所、電話番号、令和5年度春期・夏期スポーツ&カルチャー教室にご参加の場合は教室名」を明記し、申込締切日までに申し込みください。郵送でお申込みの場合、別途手数料220円をご負担いただきます。

11. 申込締切日 **令和5年8月2日(水)**

<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 [soumu@sports-kanagawa.com](mailto:soumu@sports-kanagawa.com)  
URL <https://www.sports-kanagawa.com>

## ロコモチェック・骨密度測定会 申込書

希望の部	午 前 の 部 ・ 午 後 の 部		
ふりがな 氏 名	年齢 歳	男 ・ 女	
生年月日 (西暦)	年 月 日	e-mail	
〒 住 所			
電話番号	令和5年度春期・夏期スポーツ&カルチャー教室名 (ご参加の場合のみ記入)		