

今年度は、
11月開催

令和7年度

追加募集

ロコモチエック・骨密度測定会

健幸 a i ちゃん

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するとともに、将来ロコモになる危険度を判定してくれます。また、この測定会では、骨密度測定や体組成測定も行いますので、自分の身体を知るために是非ご参加ください。

開催日程

令和7年11月8日（土）

希望の部

▶午前の部 9:30~11:30

▶午後の部 13:15~15:15

会場

県立スポーツ会館

参加料

①1,000円（一般参加者）

②500円（本会主催 令和7年度春期・夏期・秋期スポーツ&カルチャー教室参加者）

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（応募多数の場合は抽選）

内容

- (1) 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



<https://forms.gle/4C8z8y9xfehNvjBv9>



申込締切日

令和7年10月31日（金）

申込方法

- 1 インターネットでの申込み。右記QRコードからお申込みください。
- 2 郵送での申込み。次の必用事項を記入し、郵送ください。
なお、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。
①希望の部、②名前（ふりがな）、③性別、④生年月日、⑤住所、
⑥電話番号、⑦令和7年度春期・夏期・秋期スポーツ&カルチャー教室にご参加の場合は教室名

【お申込み・問い合わせ先】

〒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 測定会 係

電話：045-311-7871 FAX:045-311-0637

E-mail：soumu@sports-kanagawa.com

ホームページ：https://www.sports-kanagawa.com

