

# R8年度 ロコモチェック・骨密度測定講習会 参加者募集!

**7月4日(土)** 県立スポーツ会館で実施します。  
申込締め切りは、**6/24(水)** となります。

▶午前の部 (9:30~11:30)

▶午後の部 (13:15~15:16)

どちらかをお選びください。

参加料 ①本会主催教室参加者 **300円**  
②一般参加者 **500円** となります。

日程などの詳細確認・お申し込みは、次のとおり。

▶申込フォーム [ロコモチェック・骨密度測定講習会](#)

▶QRコード

▶スポーツ会館 窓口で受付



<お問い合わせ先>

(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

mail : [kyoushitsu@sports-kanagawa.com](mailto:kyoushitsu@sports-kanagawa.com)

HP : <https://www.sports-kanagawa.com/>



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。

この測定講習会は、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。



令和8年度

# ロコモチェック・ 骨密度測定講習会

健幸 a i ちゃん



主催：（公財）神奈川県スポーツ協会  
 協力：神奈川工科大学、ミームスポーツクラブ

開催日程  
 希望の部  
 会場  
 参加料  
 対象  
 募集定員  
 内容

**令和8年7月4日（土）**

▶午前の部 9:30~11:30 ▶午後の部 13:15~15:15

県立スポーツ会館

①500円（一般参加者）

②300円（本会主催 令和7年度、8年度スポーツ&カルチャー教室参加者）

45歳以上の方ならどなたでも参加できます

各部15名（応募多数の場合は抽選）

- (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
- (5) エクササイズ指導

申込はこちら



申込締切日 **令和8年6月24日（水）**

- 申込方法 ▶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。  
 ▶ハガキ・FAX・窓口での申込み。次の必用事項を記入してください。  
 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スポーツ&カルチャー教室にご参加の場合は、年度と、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 スポーツ教室 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

