

からだの元気度測定会

日頃から地域で活動をされている、自主運動グループのみなさんや食生活改善推進員のみなさんのサポート事業として体力測定会を実施してきました。令和3年度から、健康への関心を持っていただき、運動のきっかけづくりとなるように、広く町民の方たちに開催しています。

結果説明



子育てママも
参加してます★

会場の様子



皆様のご参加を
お待ちしております★

体組成測定



握力



片足立ち



長座体前屈



膝伸展筋力



立ち上がりテスト

