

参加者募集

あなたの
体力年齢は
いま何歳？

動ける体づくりは
若いうちから！

理学療法士が
動きのポイントを
教えます!!

南あわじ市 市民体力測定会

日時 令和8年10月18日(日) 9:30~12:00

*当日申込もできます。測定に1時間程度を要しますので
当日の最終受付は11:00までとなります。

場所 三原健康広場

《 小学1年~19歳 》

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび
20mシャトルラン・立ち幅跳び(体育館)
50m走・ボール投げ(グラウンド)

《 20~64歳 》

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび
立ち幅跳び・20mシャトルラン(体育館)

《 65歳以上 》

握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち
10m障害物歩行・6分間歩行(体育館)

*測定は、文部科学省『新体力テスト実施要項』に基づいて行います。

参加者全員に
ペットボトル飲料を
プレゼント!!

同時開催

理学療法士による
三二講習会 (30分程度)

- ①10:00~ 「運動能力を高め、
 - ②11:00~ 若さを維持する健康法!!」
- (2回開催となり、内容は異なる場合があります。)

& 相談会 (講習会以外の時間)
個別に自由に相談ができます

理学療法士とは??

身近な存在で説明すると、病院で
お世話になるリハビリの先生ですね。
ケガをした後だけでなく、ケガをしない
為の動き方等、ケガ予防のアドバイスも
してくれます。プロスポーツチームに
同行して選手のサポートも
するんですよ。

主催：南あわじ市スポーツ協会

協賛：株式会社アワジ建工 井本産業株式会社 株式会社サンスイ 津井TTC
株式会社A・I・T淡路 光洋建設株式会社 (掲載順不同)

後援：南あわじ市 南あわじ市教育委員会 (公財)兵庫県スポーツ協会 神戸新聞社

協力：南あわじ市スポーツ推進委員会 兵庫県理学療法士会淡路支部スポーツ活動支援班

南あわじ市
スポーツ協会
ホームページ



参加申込書

申込期間:9月1日(火)~30日(水)

体力測定対象	南あわじ市民等で小学1年生以上の健康状態に問題のない方 (当日の健康状態により測定を控えていただく場合があります)
準備品	体育館シューズ、タオル、水分等 屋外種目がある方は運動靴の用意をして下さい。
参加費	大人200円(高校生以上) 小人100円(中学生以下) 開催当日、体育館での受付でお支払いください。
申込方法	南あわじ市スポーツ協会事務局へ申し込みをする場合は、下記に必要事項をご記入の上、直接提出するか、FAX・メールでお送りください。 (9月7・14・24・28日は三原健康広場が休館の為、受付はできません。) 申込フォームでの申し込みは、右のQRコードを読み取って下さい。
記録用紙 当日の案内 について	事務局へ直接申込 ……申込書と引き換えにお渡しします。 FAX申込 ……………用紙を送りますので、必ずFAX番号を記入して下さい。 申込フォーム・ ……当協会ホームページより印刷をしてください。 メール・当日申込 *記録用紙の事前準備ができない場合は、当日の受付でお申し出ください。
中止について	当日朝7時の時点で何らかの気象警報が発令されている場合は中止とします。 その他の理由による中止は当協会ホームページに掲載をしますので、 各自で確認をしてください。



メール



申込フォーム

令和8年4月1日時点の
年齢を記入して下さい

スムーズな
運営の為、
来場予定時刻に
○を
お願い致します。

ふりがな 氏 名	【代表】	生 年 月 日	年 齢	来場予定時刻
	S H R	年 月 日	歳	9:30
男 ・ 女	住 所 (〒 -)	携帯 () -		10:00
		☎ () -		10:30
				11:00
ふりがな 氏 名		生 年 月 日	年 齢	来場予定時刻
	S H R	年 月 日	歳	9:30
男 ・ 女	住 所 (〒 -)	携帯 () -		10:00
		☎ () -		10:30
				11:00
ふりがな 氏 名		生 年 月 日	年 齢	来場予定時刻
	S H R	年 月 日	歳	9:30
男 ・ 女	住 所 (〒 -)	携帯 () -		10:00
		☎ () -		10:30
				11:00
ふりがな 氏 名		生 年 月 日	年 齢	来場予定時刻
	S H R	年 月 日	歳	9:30
男 ・ 女	住 所 (〒 -)	携帯 () -		10:00
		☎ () -		10:30
				11:00

下記、申込規約を確認の上、□に✓を入れて下さい。

FAX申込時は必ず記入して下さい

□申込み規約に同意の上、申し込みをします。

FAX番号

申込 規約

- ①傷害についての応急処置はしますが、一切の責任は負いません。
- ②イベント中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・インターネット・本協会関係書類への掲載権は主催者に属します。
- ③申込者の個人情報は、必要に応じて主催者からの連絡に利用致します。
- ④測定結果は、要請があれば兵庫県・南あわじ市が行う調査に活用します。
- ⑤主催者は、個人情報の保護法令を遵守し、参加者の個人情報を取り扱います。

申込先及び
問い合わせ

南あわじ市スポーツ協会事務局

南あわじ市市青木198-5 三原健康広場 内

Tel・Fax 0799-42-5630

E-mail : nanspo2023@gmail.com