

今年度も島津アリーナ京都で 新体力テストを実施します！

新体力テスト（定員 60 名：申込順）

☆☆実施します（参加料無料）☆☆

7月9日(水)
申込〆切

成人（20歳～64歳対象）

高齢者（65歳～79歳対象）

[主催：京都府教育委員会]

と き 平成26年7月16日（水）
午後2時～同4時30分
【受付：午後2時～2時30分】

ところ 島津アリーナ京都
（京都府立体育館）
・第3会議室（受付、健康チェック等）
・第2競技場（体力測定会場）

申込方法 メールによる申し込み
件名に「新体力テスト希望」と記載し、本文に「名前・性別・年齢（平成26年4月1日現在）」を記載し、以下のアドレスに送信してください。
*申込先メールアドレス
y-nanjilyo86@pref.kyoto.lg.jp

測定員 京都府教育庁指導部保健体育課職員
救護・健康チェック 京都府ナースセンター派遣看護師

【内容（テスト項目含む）】

- ①記録用紙記入
- ②ADL（日常生活活動テスト）
（65歳以上）
- ③血圧及び脈拍測定（40歳以上）
- ④問診等（65歳以上）
- ⑤テスト（測定）項目
 - ・握力
 - ・上体起こし
 - ・反復横跳び（64歳まで）
 - ・立ち幅跳び（64歳まで）
 - ・長座体前屈
 - ・開眼片足立ち（65歳以上）
 - ・10m障害物歩行（65歳以上）
 - ・6分間歩行（65歳以上）
 - ・急歩（64歳まで）
（男子1500m、女子1000m）

※テスト後は、体力年齢を判定してお渡しします。

《傷害保険について》

府立体育館が加入している社会体育施設保険制度（スポーツ災害補償保険）を適用します。

[死亡・後遺障害補償及び入院保険金日額（見舞金）のみの対応となりますので御了承願います。]