

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

今年も開催

# 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して、将来ロコモになる危険度を判定してくれます。また、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6年8月31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 500円(本会主催 令和6年度春期・夏期スポーツ&カルチャー教室参加者)  
1,000円(一般参加者)  
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

申込締切日 令和6年8月7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。
- 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6年度春期・夏期スポーツ&カルチャー教室にご参加の場合は教室名

申込はこちら



## 【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

E-mail : soumu@sports-kanagawa.com

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

