

あなたのからだ年齢は？

65歳
以上

体力測定会 参加者募集

市では65歳以上を対象に、体力測定会(生活機能評価)を開催いたします。福島県立医科大学保健科学部の専門家の測定に基づく評価から、個別のアドバイスを受けることができます。

これまでの健康診断項目には含まれない、血管老化度、歩行能力、認知機能、転倒のリスク度、嚥下能力などを把握して、あなたの「からだ年齢」を知ることができます。

明日からの健康ライフに役立ててみませんか？



測定日

令和8年8月20日(木)

1部

13:30~16:30

測定
時間

2部

9:30~12:30

3部

13:30~16:30 鹿島区~会場間の送迎あり

令和8年8月21日(金)

場所

浮舟文化会館(小高区)

対象

南相馬市内在住65歳以上の方

定員

各部40名(先着順)

測定内容

血管老化度/歩行能力/認知機能/

転倒のリスク度/嚥下能力 ほか

持ち物

動きやすい服装、水分

申込期間:7/13~7/22(水)まで

申し込み先 南相馬市 長寿福祉課

0244-24-5404

