

65歳
以上

あなたのからだ年齢は？

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7年8月20日(水)

測定
時間

1部

13:00～16:00

令和7年8月21日(木)

2部

9:30～12:30

3部

13:30～16:00

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



主催：南相馬市

申込期間：7/10～7/23(水)まで

申し込み先 南相馬市 長寿福祉課

0244-24-5404