

令和3年度 高齢者向け体力測定

健康維持のために自分の体力を正しく把握し、自分に合った適度な運動を生活の中に取り入れていただくよう県下各地で体力測定を実施しています。

今年度は新型コロナウイルス感染予防のため4種目のみ実施しました。

○美濃加茂市

- 実施日 : 令和3年7月7日(水)
会場 : 美濃加茂市中央体育館
参加人数 : 57名
実施種目 : 握力、長座体前屈、10m障害物歩行、開眼片足立ち



○大垣市

- 実施日 : 令和3年12月3日(金)
会場 : 大垣市総合体育館
参加人数 : 63名
実施種目 : 握力、長座体前屈、10m障害物歩行、開眼片足立ち

