

今年度は、今回が最後の測定会の募集です

令和8年度 第2回 シニア体力測定

時津町では、60歳以上の皆様の**体力**と**認知機能**を測定する測定会を設けています。60歳以上の皆様一人ひとりが、健康診断のように**1年に1回体力測定**を行い、毎年続けて測定することで、自分の状態を確認して体力の維持や向上に役立てることを目的としています。

体力年齢を算出するので、**実年齢と比較**してみることができ、大変好評をいただいています。測定会では**認知機能を測る検査**も同時に行います。



ご自分の体力と脳の健康測定をしてみませんか？

皆様のご参加をお待ちしております！



測定日：7月17日（金）10時～12時

結果説明会：7月31日（金）10時～12時

会場：コスモス会館 武道場・大会議室（浜田郷 520-12）

対象者と定員：60歳以上の町内在住者 30名

※地域の高齢者サロンで体力測定の機会がある方はご遠慮ください。

ただし、認知機能検査をご希望の場合は、高齢者サロンでは認知機能検査を実施しておりませんので、今回のシニア体力測定会をご利用いただけます。

ご希望の方は下記応募先へご相談ください。

応募締切：6月26日（金）

↓町ホームページ

応募先：時津町地域包括支援センター TEL 813-2530

高齢者支援課 高齢者支援係 TEL 882-3940



※地域包括支援センターまたは高齢者支援課窓口で、備え付けの申込書に記入し提出、または電話と町ホームページ内の申込フォームでも申し込みを受け付けています。