

親子で



体力測定 & 教遊び



参加賞
あります!

みんな で防ごう 子ども ロコモ。

2024

9/28 (土)

午前の部

10:15-12:00 (受付締め切り11:45)

午後の部

13:00-15:45 (受付締め切り15:30)

柏崎市立第一中学校体育館

※子どもロコモをご存知でしょうか。
ロコモとは、運動機能の低下などによる
移動能力や身体能力が低下した状態を指します。
この概念を子どもにも適用したのが子どもロコモです。
これを防ぐためにも親子で体力測定をしてみませんか？
筋力や柔軟性、姿勢など多くの身体機能が測定できます。
全国平均と合わせて、お子様及び保護者様の測定結果を
大学生が丁寧にフィードバックいたします。



申し込みQRコード

体力測定

対象：3歳～小学校6年生
所要時間：10分

! 体育館シューズを
ご持参ください

数遊び

対象：3歳～小学校2年生
所要時間：10分

数の能力を調べます

ロコモチェック

対象：3歳～小学校6年生
所要時間：10～15分

子どもロコモかどうか
テストします

主催 柏崎市スポーツ協会
問い合わせ先 柏崎市教育委員会スポーツ振興課
TEL 0257-20-7010 FAX 0257-23-0881
Mail sports@city.kashiwazaki.lg.jp

