

あなたの体力年齢を測定します！

あなたは「健康と体力」に自信がありますか？健康こそ自分のため、家族のためであり、何事にも代え難い財産です。

この機会にご家族で、またお友達を誘ってご自身の「体力年齢」を確かめてみませんか？

1 日 時 令和7年10月4日（土）



希望 時間帯	受付時間	実施時間
A	8時45分～ 9時00分	9時00分～ 9時30分
	9時15分～ 9時30分	9時30分～10時00分
	9時45分～10時00分	10時00分～10時30分
B	10時30分～10時45分	10時45分～11時15分
	11時00分～11時15分	11時15分～11時45分



※受付時間や実施時間を過ぎた場合は、すべての種目を実施できない場合がありますので、ご了承ください。

2 場 所 ウイングアリーナ刈谷 メインアリーナ

3 参 加 料 無料

4 測定種目 (1) 20歳から64歳までの部

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび

(2) 65歳から79歳までの部

握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

5 参加資格 20歳から79歳までの男女（令和7年4月1日時点）

6 申込方法 以下のいずれかの方法で、ウイングアリーナ刈谷内スポーツ課事務所へ8月31日（日）までにお申し込みください。

(1) あいち電子申請・届出システム（右下QRコード）

(2) 下記「体力測定申込書」をご記入の上、問い合わせ先に郵送または直接お持ちいただく。

(3) メール（taiiku@city.kariya.lg.jp）に氏名・性別・年齢・住所・電話番号・希望時間帯（A・B・いつでもよい）を記載し送信。

※申込者多数の場合は、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

7 定 員 70名 ※申込者多数の場合は、市内在住者を優先で抽選を行い、9月19日（金）頃までに申込者全員に結果を通知します。

8 そ の 他 (1) 運動のできる服装、屋内運動靴をご用意ください。

(2) 体調管理及び水分補給には十分ご配慮ください。

(3) 各種保険には加入しておりませんので、ご了承ください。

9 問い合わせ 刈谷市教育委員会 教育部 スポーツ課（休日：水曜日、祝日）

〒448-0011 刈谷市築地町荒田1番地 ウイングアリーナ刈谷

電 話 0566-63-6040 FAX 0566-63-6889

メール taiiku@city.kariya.lg.jp



※「QRコード」は、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

(きりとり線) 体 力 測 定 申 込 書

(ふりがな) 氏 名	性別	年齢	住 所	電話番号	希望 時間帯
()		歳	〒 -	- -	・A ・B ・いつでもよい
()		歳	〒 -	- -	・A ・B ・いつでもよい

※個人情報については、本事業のためにのみ用います。