



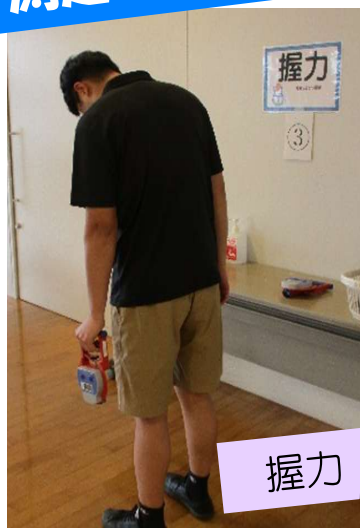
令和7年度 からだの元気度測定会

開催
しました！



6月18日・19日に開催し、118名の方が参加しました。
「前回より結果が改善した！」「自分で思うよりも低い結果でショック…！」などいろんな
声が聞かれました。健康づくりのきっかけになりますように…★

測定の様子



握力

立ち上がりテスト



片足立ち



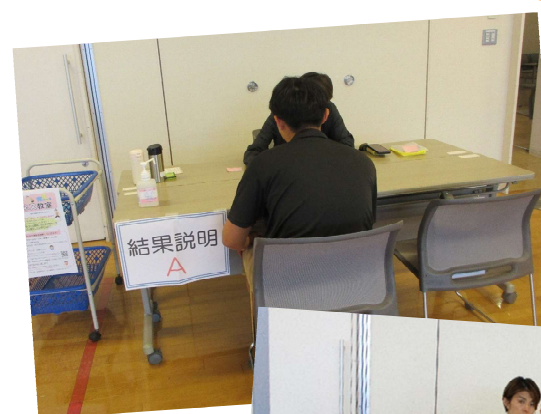
長座体前屈



膝伸展筋力



結果説明



子育てママも
参加してます★



皆様のご参加を
お待ちしております★