

令和8年度 第22回

吉野川市市民体育祭

とき 10/12月祝

受付: 9:30~9:50
開会式: 9:50~10:00

記念行事

ところ 日本フネン市民プラザ

A 体力測定

会場 メインアリーナ 時間 10:00~11:30

- 参加資格: 各スポーツ協会専門部へ参加依頼
- 定員数: 100名程度

共通

- 握力
- 上体起こし
- 長座体前屈
- 身長体重

65歳
~

- 開眼片足立ち
- 10m障害物歩行
- 6分間歩行

6歳
~
64歳

- 反復横跳び
- 立ち幅跳び
- 20mシャトルラン



B ニュースポーツ体験

会場 サブアリーナ 時間 10:30~12:00

- 参加資格: 小中学生・一般
- 定員数: 100名程度
- 講師: 特定非営利活動法人おえっこスポーツクラブ

C フレイルチェック

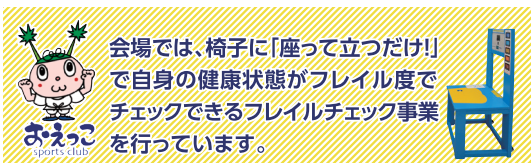
会場 メインアリーナ 時間 10:30~12:00

- 参加資格: 小中学生・一般
- 定員数: 100名程度
- 講師: 特定非営利活動法人おえっこスポーツクラブ

D 脳体力測定

会場 メインアリーナ 時間 10:30~12:00

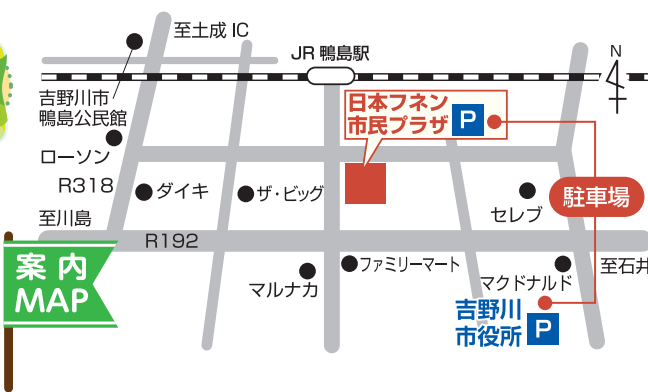
- 参加資格: 小中学生・一般
- 定員数: 100名程度



会場では、椅子に「座って立つだけ」で自身の健康状態がフレイル度でチェックできるフレイルチェック事業を行っています。

参加者に参加賞として記念品・飲み物をお渡しします。

- 測定及び判定はアドバイザー等が担当します。
- 健康管理には十分配慮し無理をしないで実施してください。
- 貴重品は各自の管理となります。
- 体育館シューズ・タオルは各自でご用意ください。
- 駐車場に限りがありますので、公共機関をできるだけご利用ください。
- 暴風警報が発令した場合は行事を中止します。



お問合せ
申込先

776-8611 吉野川市鴨島町鴨島115番地1 吉野川市教育委員会生涯学習課内
吉野川市スポーツ協会事務局 TEL.0883-22-2271 FAX.0883-22-2270

主催/吉野川市スポーツ協会
協力/吉野川市スポーツ推進委員会
特定非営利活動法人おえっこスポーツクラブ

(切り取り線)

【申込書】必要事項を記入の上、10/2(金)までにお申し込みください。(郵送またはFAX可)

NO.	氏名	年齢	性別	住所	電話番号
1					
2					
3					
4					
5					

こちらからも
お申し込み
できます



市外の方も
参加できます。