



令和8年6月24日

午後4時30分

令和8年度 いちのせき市民体力テストを開催します

1 目的

市民の体力・運動能力の現状を把握するとともに、健康およびスポーツ活動への関心を高め、健康づくりと生涯スポーツの推進を図る。

2 日時 7月25日（土）午前10時～正午（受付：午前9時から）

3 会場 一関ヒロセユードーム サブアリーナ

4 主催 一関市

5 協力 一般社団法人一関市スポーツ協会、一関市スポーツ推進委員協議会、
明治安田生命保険相互会社

6 実施種目

【共通種目】握力、上体起こし、長座体前屈

【20歳～64歳】反復横跳び、立ち幅跳び、20メートルシャトルラン

【65歳～79歳】開眼片足立ち、10メートル障害物歩行、6分間歩行

7 対象 市内に在住、在勤、在学で小学生から79歳までの健康な人

8 募集人数・参加料 30人（先着順）・無料

9 申し込み 6月25日（木）～7月17日（金）にL o G oフォームから申し込み
（電話不可）

10 その他

- ・当日、受付時に血圧測定を実施します。健康状態によっては参加できない場合があります
- ・市と包括連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社による健康チェック（血管年齢測定、ベジチェック、笑顔チェックなど）も同時開催します。参加は自由で無料です
- ・詳細は市公式ホームページを確認してください



◀ホームページはこちら

問い合わせ先

〒021-8501 一関市竹山町7番2号

まちづくり推進部スポーツ振興課 主査 阿部

電話：(0191)21-8823 (ダイヤルイン) FAX：(0191)23-4850

メールアドレス：sport@city.ichinoseki.iwate.jp