

当日受付
無料!

横浜元気!!

スポーツ・レクリエーション
フェスティバル2018

体力測定会

ロコモ予防に!

「KAITスマート運動器チェック」
の紹介&体験会

日時:平成30年10月7日(日)

9:30~11:30(受付開始9:00・最終受付11:00)

場所:緑スポーツセンター 第2体育室

参加対象:どなたでも

参加費用:無料

内容:歩行動作測定(歩行速度・歩幅がわかります!)
下肢筋力測定(床反力計を使って脚の筋力を測ります)

協力:神奈川工科大学

株式会社DKH厚木ウェルネスセンター

※当日は混雑が予想されますので、あらかじめご了承ください。

KAITスマート運動器チェック

株式会社DKHは、2017年度から神奈川工科大学との産学共同研究連携により、KAITスマート運動器チェックを開発しました。健康寿命の延伸を目的に「運動機能データの見える化」に取り組んでいます。



■歩行測定

歩行時の姿勢、速度、歩幅を測定します。
同姓同年齢の平均値と比較することで歩行能力を評価します。



■立ち上がり筋力測定

イスから立ち上がる際の床反力と速度を測定します。同姓の70代の平均値と比較することで下肢の筋力を評価します。



問い合わせ先

横浜市緑スポーツセンター

TEL: 045-932-0733