

岩手県スポーツ推進委員協議会

会報

発行

総務委員会

No. 6

2026. 2. 19

岩手県ファミリー健康体力向上事業

様々な世代の住民の体力向上と心身の健康保持増進のために、スポーツ推進委員が企画運営する体力測定会に家族で参加し、体力等の状態を確認するとともに家族でそろって運動やスポーツに親しむ習慣を身につけることを目的に、「岩手県ファミリー健康体力向上事業」が行われました。

今年度は、市民体力テストを10月4日（土）奥州市、5日（日）盛岡市、2月14日（土）釜石市の3会場で、アドバイザー養成講習会を釜石市（2月14日(土)同時開催）に於いて開催いたしました。

【盛岡市市民体力テストの様子】



【盛岡市スポーツ推進委員協議会村里会長の挨拶】



【全員で準備体操】



【測定前に健康状態のチェック！】



【参加者の方々の測定の様子】

【奥州市市民体カテストの様子】



【10m障害物歩行】



【開眼片足立ち】



【立ち幅跳び】



【20mシャトルラン】

【釜石市アドバイザー養成講習会の様子】

アドバイザー養成講習会では、講師の佐藤千依氏（釜石市スポーツ推進委員）から安全に測定が実施できるよう、実技研修をとおしてご指導いただきました。



【各測定種目について丁寧にご指導いただきました】

【釜石市市民体力テストの様子】



【上体起こし】



【反復横跳び】



【御参加いただきました皆様、ありがとうございました。】