

第2回

新体カテスト 健康測定&相談会 バッティング体験

参加費
無料

【後援】伊勢市

日時・場所

令和7年11月9日(日) 10:00~15:00
伊勢学園高等学校 体育館・グラウンド

※雨天時は新体カテストと測定会のみ開催します

ご自身の体力が何歳か測れます！

新体カテスト

☆【午前の部】【午後の部】があります

◇対象 20~64歳

◆定員 各部 50名 <<先着順>>

※参加者が多数の場合はご希望に沿えない可能性があります。

◇集合時間

【午前の部】10:00 集合 11:45頃終了予定

【午後の部】13:00 集合 14:45頃終了予定

◆種目

- ・握力
- ・長座体前屈
- ・上体起こし
- ・反復横跳び
- ・20mシャトルラン
- ・立ち幅跳び



☆運動しやすい服装で

体育館シューズ・タオルをご持参ください。

- 事故や怪我等について一切責任を負いませんのでご注意ください。
- 薬物治療を受けている場合には、可能な限り主治医の許可を得るようにしてください。
- 当日朝9時の時点で伊勢市に暴風警報が発令していた場合は中止となります。

要予約

こちらのみの参加も大歓迎！

健康測定&相談会

◇対象 全年齢

◆場所 体育館 2階

予約不要

◇測定機械 <<測定できる内容>>

- ・ベジチェック <<推定野菜摂取量>>
- ・AGEs <<老化物質の蓄積レベル>>
- ・体組成計 <<体脂肪や筋肉量>>
- ・骨ウェーブ <<骨の強度>>



テストにあわせて
いかがですか？

屋外種目(2種)& ストレス発散！ ソフトボールバッティング体験

◇対象 全年齢

◆場所 グラウンド

※雨天の場合は中止になります

予約不要

☆新体カテスト後に50m走・ハンドボール投げも測定できます！(希望者のみ)

☆ソフトボールバッティング体験は
時間内自由に体験できます！



★ホームランを打った方には活命茶プレゼント★

申し込み

10月9日(木)締め切り

- ・右のQRコードからのお申し込み
 - ・参加申込書をひかりファーマシーにご提出またはFAX(0596-72-8201)
- 上記いずれかの方法でお申し込みください。 ※FAXの場合は切り取らずお送りください。



問い合わせ

在宅医療対応型薬局ひかりファーマシー 住所:伊勢市神久5丁目82 ☎:0596-72-8200

キリトリ

新体カテスト 参加申込書

★可能であれば、ご家族やご友人同士など2人単位での申し込みをお願いします。

| 参加 | (フリガナ) 名前 | 生年月日・性別 | 電話番号 |
|-------|--------------|-------------|------|
| 午前・午後 | | 年 月 日 (男・女) | - - |
| 午前・午後 | | 年 月 日 (男・女) | - - |

締め切り 10月9日(木)