

令和8年度 甲斐市民体力・運動能力調査 実施要項

- 1 目的 (1) 自己の体力・運動能力の現状を知り、体力・健康の保持増進に役立てる機会とする。
(2) 国民の体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、スポーツの指導と行政上の資料とする。
- 2 主催 スポーツ庁
- 3 主管 甲斐市スポーツ振興課、甲斐市スポーツ推進委員協議会
- 4 日時 令和8年7月4日(土)
午前9時30分～午後0時30分(受付 午前9時～)
- 5 会場 敷島体育館
- 6 対象者 甲斐市民(20才以上の男女)
- 7 調査内容 体力測定は、スポーツ庁が作成した「新体力テスト実施要項」に基づき実施する。
 - 1 受付
 - 2 アンケート調査
 - 3 血圧測定
 - 4 体力測定
 - ① 握力
 - ② 上体起こし
 - ③ 長座体前屈
 - ④ 反復横とび / ④' 開眼片足立ち
 - ⑤ 立ち幅跳び / ⑤' 10m障害物歩行
 - ⑥ 20mシャトルラン / ⑥' 6分間歩行

※④' ⑤' ⑥' は、65歳以上が行う種目
80歳以上の場合、②・⑥' は、健康状態を確認の上、実施

※記録集計及び診断を行い、参加者へ即日配付
- 8 その他
 - 1 参加者へは、運動のできる服装、室内履き、タオル、飲み物の持参を依頼。
 - 2 参加者へは、ペットボトルの水を配布する。