



令和8年度 体力テスト 参加者募集!



日時 10月30日(金) 19:00～ (受付18:30～)

会場 上月体育館 (ホタルドーム)

対象 15歳から79歳までの佐用町在住、または在勤のかた
(令和8年4月1日時点)

参加費 無料

申込方法 二次元コードを読み取り、申込フォームからお申込みいただくか、下記の申込用紙を生涯学習課窓口、または上月体育館窓口へご提出ください。

FAX (0790-82-0313) での申込也可



申込締切 10月30日(金) 正午まで

その他 当日の様子を撮影し、広報誌、各種SNSなどに活用する場合があります。あらかじめご了承ください。



主催：佐用町教育委員会・佐用町スポーツ推進委員会
共催：佐用町スポーツ協会

お問合せ

佐用町教育委員会事務局 生涯学習課

〒679-5301 佐用町佐用2585番地 さよう文化情報センター内

担当：久門田・竹田

TEL : 0790-82-3336

FAX : 0790-82-0313

mail : orihome@town.sayo.lg.jp

✂ キリトリ線

体力テスト参加申込用紙

	名前	年齢	性別	住所	電話番号
①			男・女		
②			男・女		

※上記個人情報体力テスト参加に関すること以外には使用しません。

令和8年度佐用町体力テスト 実施要項

- 共通項目 ●握力 ●上体起こし ●長座体前屈

○64歳までの方（昭和36年4月1日以降生まれ）

上記項目＋ ①反復横とび ②立ち幅とび ③20mシャトルラン

○65歳以上の方（昭和36年3月31日以前生まれ）

上記項目＋ ④開眼片足立ち ⑤10m障害物歩行 ⑥6分間歩行

- 持ち物 体育館シューズ、動きやすい服装、着替え、タオル、飲み物

※安全の為、体育館シューズをお忘れの場合は参加できません。

- その他

①実施されたかたには、後日結果を郵送します。

②当日は2人1組で実施予定です。

③テスト項目の中には多人数で一斉に行うものがあります。しばらくお待ちいただくことがあります、ご了承ください。

④講座開催中の傷病防止には最善の注意を払いますが、万一の発生時には応急処置を行います。

イベント時に「広報さよう」・「佐用チャンネル」、各種SNSでの広報のために撮影・取材することがあります。あらかじめご了承ください。

- お申込み、問い合わせ

本開催要項をよく読み、承諾のうえ、いずれかの方法でお申し込みください。

○チラシの二次元コードをスマホなどから読み取り、入力フォームから入力

○佐用町のホームページから入力フォームへアクセス

○チラシ表面下部の申込書を生涯学習課、または上月体育館へ提出

ファックスでの申込みも可（FAX：82-0313）