

区民障害者体力テスト案内

障害を持つ区民の方を対象に体力テストを行います。健康づくり・体力づくりのために、まずは自分の体力を知り健康管理にお役立てください。



- ◆事業名 区民障害者体力テスト
- ◆主催 公益財団法人江東区健康スポーツ公社
- ◆主管 江東区スポーツ推進委員会
- ◆開催日時 令和4年6月11日(土) 午前10:00~12:00
- ◆会場 江東区スポーツ会館 3階大体育室 (江東区北砂1-2-9)
- ◆参加資格 江東区内在住・在勤・在学の中学生を除く15歳以上で障害のある方
- ◆定員 20人
- ◆参加費 無料
- ◆参加申込 5月26日(木)午前9:00~電話又はFAXにて申込順
①イベント名②氏名(ふりがな)③年齢④郵便番号・住所⑤電話番号
⑥区内在勤(在学)の方は勤務先(学校名)⑦障害の内容⑧介助者の有無
をお知らせください。
- ◆項目 血圧測定・体組成計測・握力・長座体前屈・開眼片足立ち・上体起こし・
棒つかみ・アップ&ゴー
※できる種目のみ行ってください。
※介助者が必要な方は介助者同伴の上、ご参加ください。
- ◆持ち物 運動のできる服装、室内履き、水分補給用の飲み物、汗拭き用のタオル、
マスクをお持ちください。
- ◆その他 1) 体力テスト開始前に看護師による問診および血圧測定があります。
2) 当日の健康状態により、測定できない場合があります。
3) 新型コロナウイルス感染予防対策として、入場時の検温、手指消毒、
館内マスク着用(テスト時は除く)の徹底及び体調チェックリストを
提出してください。
- ◆お問合せ 江東区スポーツ会館 3649-1701
案内図は裏面をご覧ください。

○江東区スポーツ会館周辺案内図○



公共交通機関のご案内

●都営バス□

大島1丁目 徒歩8分□

都07 錦糸町～門前仲町

錦28 東大島～錦糸町駅□

両28 葛西橋～両国駅□

亀23 江東区高齢者医療センター～亀戸駅□

亀29 なぎさニュータウン～亀戸駅□

扇橋2丁目 徒歩7分□

東22 錦糸町駅～東京駅丸の内北口□

錦22 臨海車庫～錦糸町駅□

扇橋3丁目 徒歩4分□

秋26 葛西駅～秋葉原駅□

●地下鉄□

◇都営新宿線□

西大島駅・住吉駅 徒歩12分□

◇東京メトロ半蔵門線□

住吉駅 徒歩12分□

○駐車場

駐車台数に限りありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

駐車時間	利用料金
30分まで	無料
その後20分ごと	100円

江東区スポーツ会館
〒136-0073 江東区北砂1-2-9
Tel.03-3649-1701 Fax.03-3649-3123