

## 令和6年度 体力診断事業一般体力診断実施要項

### 1 目的

競技力向上を目指すスポーツ選手や健康の維持増進を目的としたスポーツ愛好者など、スポーツに関わる県民を対象としてスポーツ科学に基づいた体力測定を行い、自身の現在の体力レベルを理解することにより、今後のスポーツ活動や健康の保持増進の参考としてもらう。

### 2 主催

秋田県

### 3 会場

秋田県スポーツ科学センター 4階測定室（秋田市八橋運動公園1-5）

### 4 実施期間

#### 【体成分測定コース】

令和6年5月14日（火）から令和7年3月28日（金）まで

#### 【筋力向上コース、健康体力づくりコース】

令和6年5月14日（火）から令和7年2月28日（金）まで

※土・日・祝日、休館日（毎週月曜日ですが、月曜日が祝日の場合は翌日の火曜日）、年末年始（12月29日から1月3日）は実施できません。また、当センターの事業等により実施できない日もあります。

### 5 測定可能時間

午前9時から午後5時まで

### 6 コースと内容

		体成分測定コース	筋力向上コース (スポーツ選手向け)	健康体力づくりコース (スポーツ愛好者向け)
①形態測定	身長測定 InBody970による測定	○	○	○
②肺機能測定				○
③体力測定	20m走		○	
	握力		○	○
	背筋力		○	
	全身反応時間		○	○
	片脚閉眼立ち		○	○
	動的筋力		○	
	長座体前屈		○	○
	脚伸展力		○	○
	最大無酸素パワー		○	
④各種視力、スポーツビジョン			○	
⑤心理的競技力診断 (DIPCA.3)			○	
1回の受診可能最大人数		40名	12名	12名

## 7 測定料金

コース	年齢区分	金額
体成分測定コース	高校生以下	160円
	一般	320円
筋力向上コース	高校生以下	700円
	一般	1,390円
健康体力づくりコース	高校生以下	320円
	一般	640円

## 8 申込

### 【体成分測定コース】

#### ①希望日の申込と決定

測定希望日の1週間前までに、お電話で担当へ実施可能かお問い合わせください。希望の日時を確認後、担当者より決定日時を連絡します。

#### ②必要書類の提出

提出書類	提出期限	提出方法	提出数
受診者名簿	実施日の1週間まで	メール	1枚
同意書	当日	持参	1名につき1枚

### 【筋力向上コース、健康体力づくりコース】

#### ①希望コースと希望日の提出

秋田県スポーツ科学センターホームページより、「体力診断事業一般体力診断 申込用紙」をダウンロードし、必要事項を記入して実施希望日3週間前までにメールで担当へ送付してください。

#### ②決定日時の通知

申込用紙受理後、担当が日程を調整後し、決定日時を連絡をします。

#### ③必要書類の提出

提出書類	提出期限	提出方法	提出数
受診者名簿	実施日の2週間前まで	メール	1枚
同意書	当日	持参	1名につき1枚

## 9 その他

- ・実施当日は、運動に適した服装と室内用シューズで参加してください。
- ・マイクロバスで来館する場合は、事前に担当者へ連絡をお願いします。
- ・受診者が高校生以下の場合は、必ず成人（保護者、部活動顧問など）が引率をしてください。
- ・体成分測定コースの測定結果は当日本人又は引率者へお渡しします。
- ・筋力向上コースと健康体力づくりコースの測定結果は後日郵送します。
- ・申込時に提出していただく個人情報は、各種連絡と測定のために利用し、本事業以外では使用しません。

## 10 申込、問い合わせ

秋田県スポーツ科学センター スポーツ医科学チーム 宇佐美 暁規

電話 018-864-7911 FAX 018-823-0008

E-mail usami-akinori@pref.akita.lg.jp