

# 体力測定会

## ボランティア募集！！



きらりあ北(令和6年)後期体力測定会での「受付・サポート」をして下さるボランティアさんを募集しています。

### 測定種目

- ◎握力
- ◎開眼片足立ち
- ◎5回立ち上がりテスト
- ◎5m歩行
- ◎長座位体前屈

### 募集要項

【募集人数】 各枠1～2名  
※下記日程で【1時間以上】できる方

- 【日程】
- ①10月1日(火) 13:30～15:00
  - ②10月2日(水) 9:30～11:00
  - ③10月3日(木) 9:30～11:00
  - ④10月4日(金) 13:30～15:00



ボランティアをしてくださった方でいきいきサポーター手帳をお持ちの方には1時間につき1個スタンプを押させていただきます♪



お申込は

シニア向けボランティアコーディネートサイト エール



《ボランティアサイトYELL》からでもOK♪▶▶▶  
窓口・電話・メールでも受け付けています！

☎:03-5390-2220    ✉:kitaku-ikigai@foryou.or.jp