

健康保険組合連合会愛媛連合会
会長 神野修一
(印省略)

「ロコモティブシンドローム対策健康セミナー」の開催について

当連合会の事業運営について、平素格別のご援助、ご協力を賜わり厚くお礼申し上げます。

さて、令和8年度四国地区共同事業として「ロコモティブシンドローム対策健康セミナー」(愛媛連合会主催)の第2回目を下記のとおり松山にて開催いたします。

後期高齢者支援金の加算・減算制度においてロコモティブシンドローム対策が総合評価指標の1項目となっております。

ご多忙のところ恐縮ですが、できるだけ多数のご出席を賜わり健康開発事業の一環として役立てていただければ幸甚と存じ、ご案内申し上げます。

記

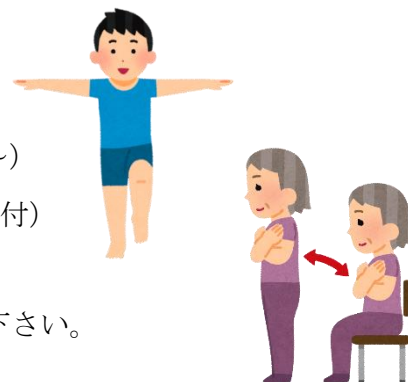
1. 日時・場所

日時：令和8年8月29日(土) 10:00~12:10 (受付 9:45~)

場所：愛媛県県民文化会館 <別館> (第13会議室で受付)

松山市道後町2丁目9-14 (TEL 089-923-5447)

※駐車場には限りがあります、なるべく公共交通機関をご利用下さい。



2. 実施内容

自身の体力水準を把握し、一生涯自立の動機づけを図るため、体力テスト・ロコモ度テストを実施します。その後、ロコモ対策健康セミナーを実施します。

内容 **第1部 体力テスト・ロコモ度テスト (60分)**

A、B、Cの3つのグループに分かれ、サーキット形式にて実施します。

第2部 ロコモ対策健康セミナー (40分)

※具体的タイムスケジュールについては添付のパンフレットをご参照ください。

3. 受講対象者 愛媛連合会の健康保険組合及び、四国地区健康保険組合の被保険者及び被扶養者
募集参加者：50名程度(最大60名)(各組合参加目安人数一覧表参照)
対象年齢：40歳以上(目安)

4. 持参品 タオル・運動ができる服装・靴でご参加下さい。(上履きは不要です)

※飲み物は、エリエールライフをご用意いたします。

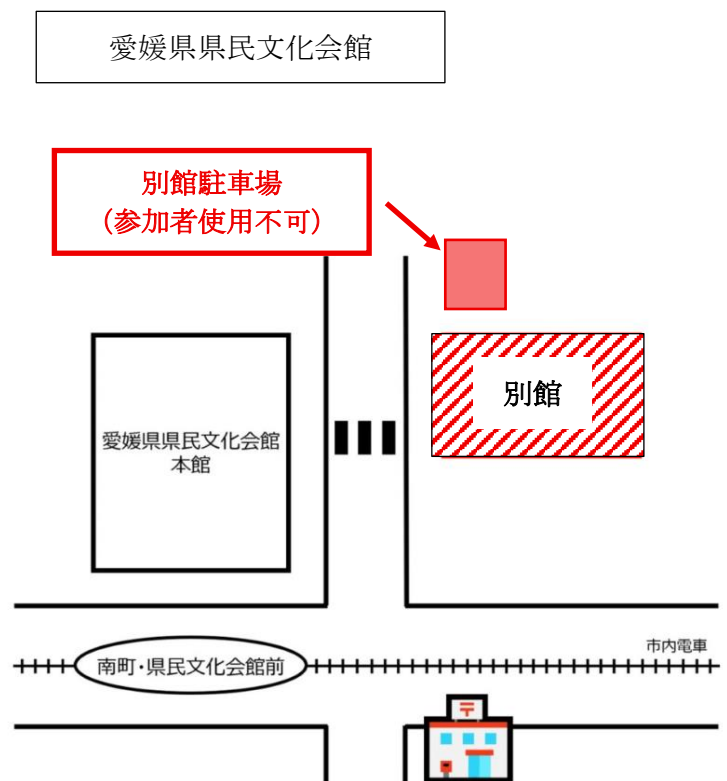
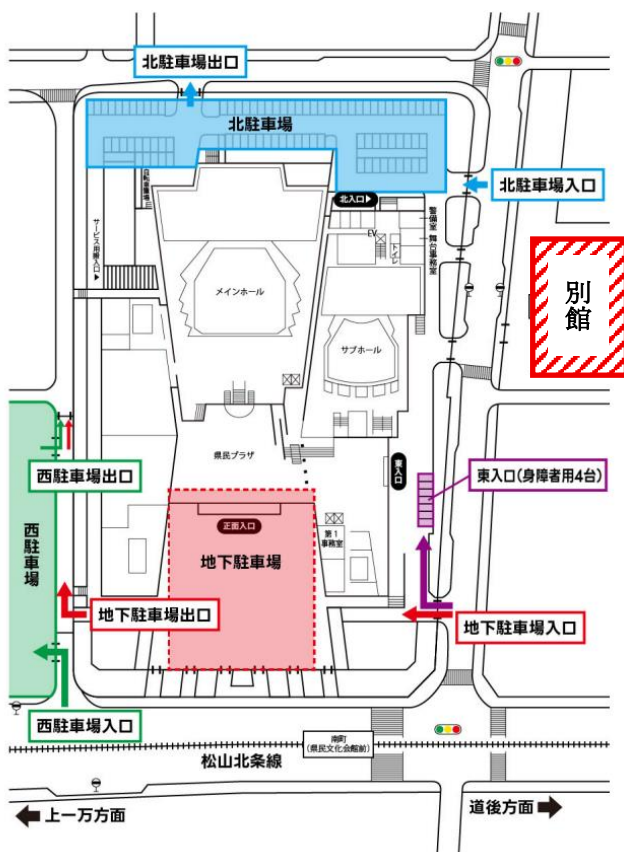
5. 出席回答 出席回答は別紙により 7/31（金）迄に四電工健康保険組合へご連絡下さい。
6. その他 ①セミナー終了後にアンケートに、ご協力をお願いします。
アンケート提出で「トレーニングチューブ」をプレゼント！
（使い方は「ロコモ対策健康セミナー」でご案内します。）
- ②セミナー終了後、復習動画として 5/30（四国中央市）に実施した WEB 同時配信動画を 8/29 から 1 ヶ月間視聴可能です。ぜひご活用ください。

☆各組合参加目安人数一覧表

組 合 名	目 安 人 数	備 考
	8/29（土）	
帝 人 グ ル ー プ	8～10 名程度	※参加人数については、あくまで 目安であり個別の増減等のご要 望がありましたら事務局へご連 絡下さい。
い よ ぎ ん グ ル ー プ	8～10 名程度	
愛 媛 銀 行	8～10 名程度	
井 関 農 機	8～10 名程度	
来 島 ど っ く	8～10 名程度	
三 浦 グ ル ー プ	8～10 名程度	
東 予 地 区 健 保 組 合 四国四県健保組合共同事業枠	8～10 名程度	
合 計	50 名程度（最大 60 名まで）	

※申込者多数の場合、調整をお願いすることがあります。予めご了承下さい。

以上



「ロコモティブシンドローム対策健康セミナー」参加申込書（回答期限：R8.7.31）

組合名 四電工健康保険組合

開催場所	出席者						
	被保険者氏名	性別	年齢	被扶養者氏名	性別	年齢	合計
松山会場 (R8.8.29)							
計	名			名			名

※傷害保険の加入に必要なため、年齢と性別を必ずご記入下さい。

※行が不足する場合、適宜に追加をお願いします。

※効率よく測定会を実施する為、内容を一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

(送付先 愛媛連合会 FAX 089-932-7895)

Eメールアドレス：kenporen@alpha.ocn.ne.jp

※徳島、香川、高知連合会の健保組合は、それぞれの連合会まで送付ください。

