個人一覧表

平均寿命より健康寿命！

自立体力®全国検定

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
羽立花子			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
花立満子			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
大井太郎			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
佐藤まさえ			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
山本みつ			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
望月花江			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
山田二郎			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

男性	86才	総合体力年齢 96.5才		歩行	身体調整	手作業	姿勢変換	総合得点	総合判定	検定級		
加藤さと			今回	3 9.5秒	4 9.5秒	3 25.4秒	3 19.5秒	13	イヌ	5級	趣味	毎日、心経を書くこと。
150cm	健康感 ●										毎日の目標	100歳まで毎日1kmを歩くこと。1km歩くこと。
48kg	転倒不安 ▲		前回	2 10.0秒	3 10.0秒	1 26.5秒	4 15.8秒	10	ウサギ	7級	一年後の目標	できるだけ体を動かし、読書、世の中の事に関心を持つ。
BMI 21.3%	生活満足感 ▲											

窓口／○○市社会福祉協議会　グループ名／元気はつらつ教室A　会場／○○市福祉センター　発行元／自立体力全国検定事務局

Copyright (C) HATACHI GROUP. All rights reserved.