

「高齢者向け体力測定」事業実施状況 平成19年度以降

年 度	実施市町村数	延べ参加者数	備 考
19年度	12市町村老連	1,599名	久留米市・飯塚市はモデル事業で実施
20年度	15市町村老連	4,355名	久留米市・飯塚市・大川市・那珂川町で実施。
21年度	19市町村老連	3,161名	
22年度	23市町村老連	3,941名	
23年度	27市町村老連	7,058名	
24年度	26市町村老連	6,417名	
25年度	25市町村老連	5,036名	
26年度	29市町村老連	5,638名	
27年度	30市町村老連	5,542名	
28年度	33市町村老連	7,266名	
29年度	30市町村老連	4,831名	
30年度	31市町村老連	4,445名	
令和元年度	19市町村老連	4,237名	
令和2年度	11市町村老連	879名	この他に単老実施で未集計の分あり

※体力測定は平成19年度から始まりましたので、過去14年実施したことになります。令和2年度は、年度当初から新型コロナウイルスの感染が拡大したため、多くの市町村老連で予定していた体力測定会が中止になっております。その結果、実施数が11老連と、感染の影響で実施数が減少した前年度と比較してもさらに減少していますが、これは感染防止の観点からやむを得ない結果だと思われま。す。(状況を考えれば、むしろ十分な結果と言ってもいいかと思ひます。)

実施方法としては、老連独自で実施するものや行政等との連携で実施、単位老人クラブが中心となって実施する等様々ではあります。が、感染予防による行動自粛の影響でフレイル等が心配される中、自分の体力を知る重要性も増してきており、各老連とも関心は高まっているものと考えられます。

体力測定は、その結果を一般のデータと比較した時に自分の体力がどのようなものか、またどこが弱点なのか、寝たきりにならない為にはどこを鍛えればよいかのかが分かり、実際に経験した人は改めて自分の体力を見直すきっかけになるようです。

地味な行事ではありますが、十分な感染予防対策を行ったうえでまずは取り組むこと、その結果をどのように活用していくかが大切だと思われま。す。