

日常の歩きの見直しで、いつまでも若々しく健康に！

## 歩行測定会のお知らせ(会津)

大熊町では、9月～11月の3か月間、“**歩行改善プログラム**”を実施します。  
ぜひ、ご参加ください！

**歩行改善プログラム**とは・・・

「歩行測定会」で、自分の歩き方・くせを知り、毎日のウォーキングに取り組む  
「ホコタッチ」で、毎日の歩行年齢等を確認しながら、無理なく改善する  
プログラムです（花王㈱GENKIプロジェクト提供）

### 歩行測定会で 歩き方をチェック

自分の歩行の若々しさ、  
歩行のくせ・傾向がわかる



**歩行測定会**は、シートを歩くだけで  
歩行の若々しさ、くせ、傾向を  
見える化する測定技術を活用

### ホコタッチをつけて 毎日ウォーキング

ホコタッチで、  
歩行年齢・歩数・すり足数を  
確認しながら毎日歩く

取組む

3か月後  
確認



**ホコタッチ®**は、  
歩数、歩行年齢、すり足数を表示  
する花王独自の歩行計です

大熊町役場 会津若松出張所（電話：0242-23-4121）

**9月1日（月）11:00～12:00および13:30～15:00（予約制）**

※予約は前日までにご連絡ください。なお本庁・各出張所で内容や日程が一部異なります。