

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(中通り)

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 中通り連絡事務所（電話：024-983-0686）

9月2日（火）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。