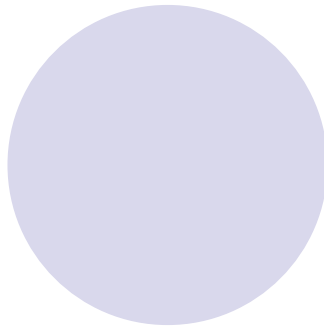
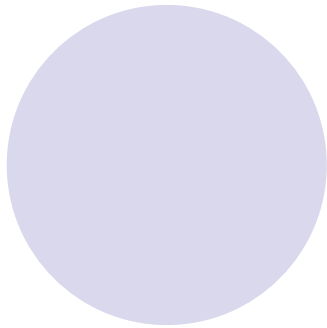



# 潟上市特定高齢者教室 について



# 実施状況



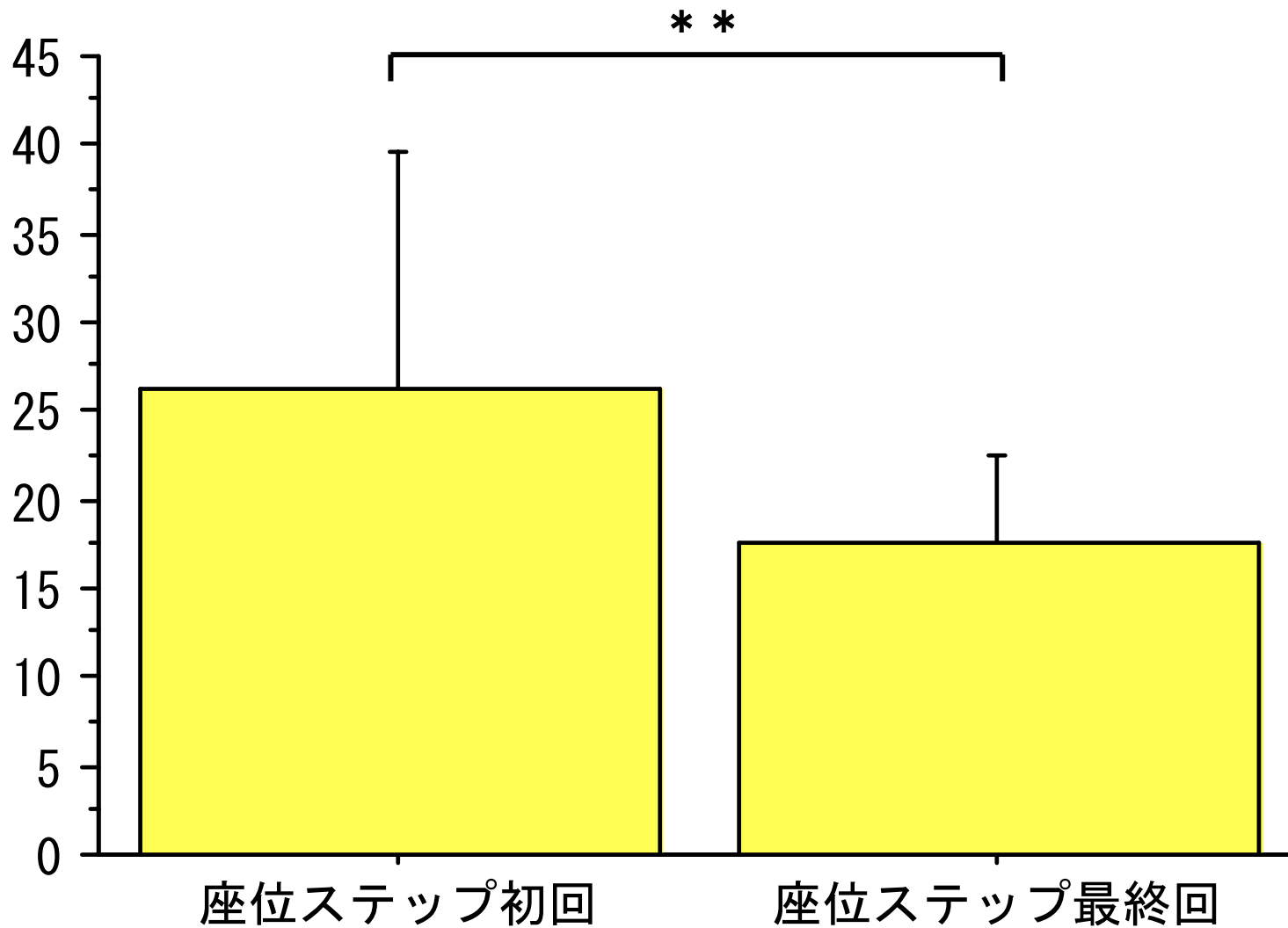
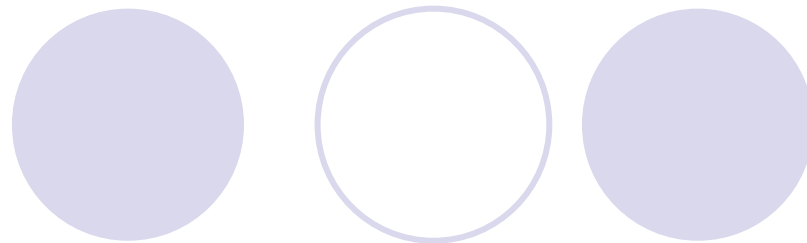
- 実施期間・・・2008年7月～10月の12回
- 一回の実施時間・・・90分
- 参加者・・・35名

# 評価項目



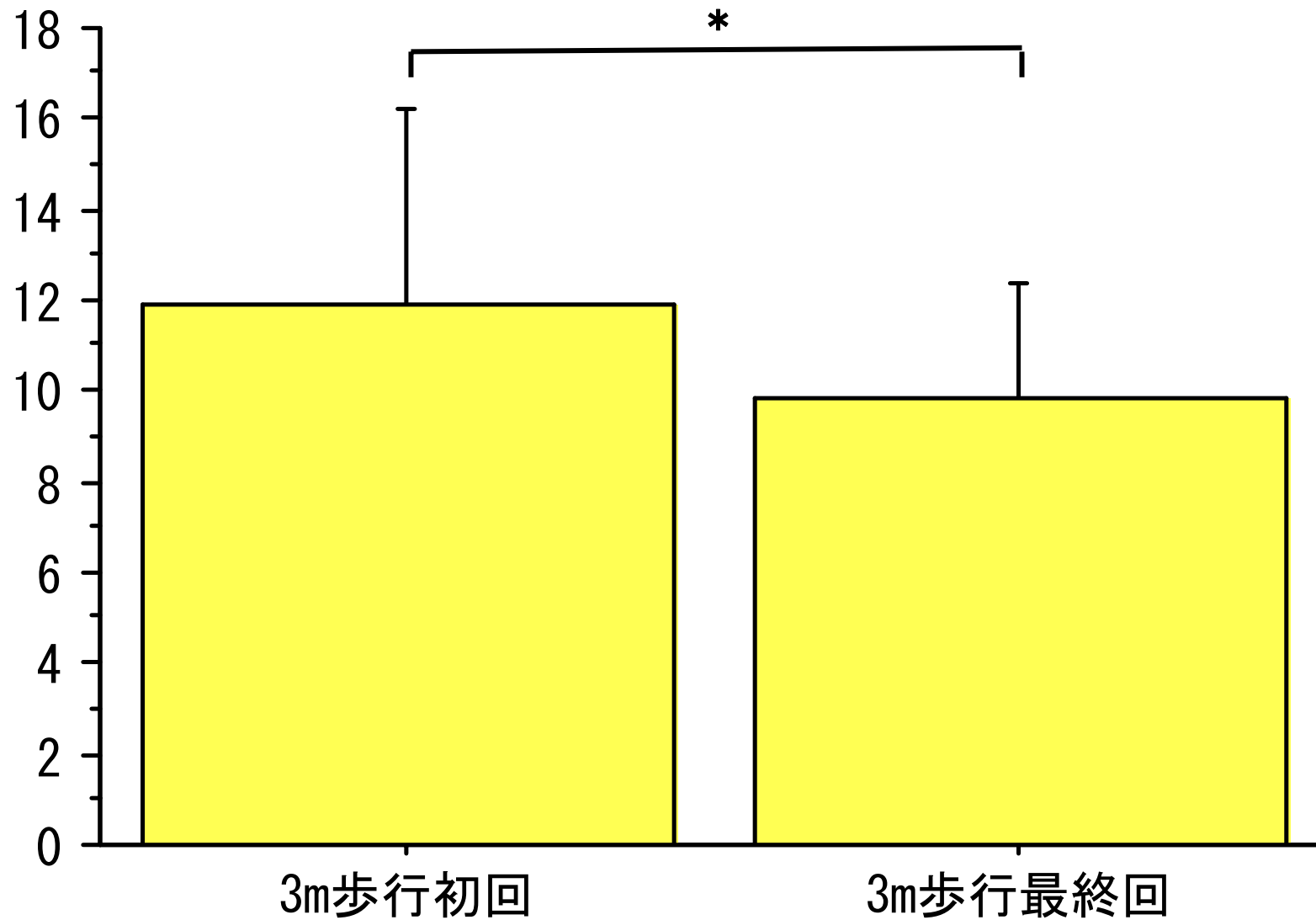
- 座位ステップ・・・脚筋力(横方向)
- 3m歩行・・・脚筋力・歩行速度・バランス力
- 握力(右)・・・手の筋力(握力計)
- 握力(左)・・・手の筋力(握力計)

# 座位ステップ



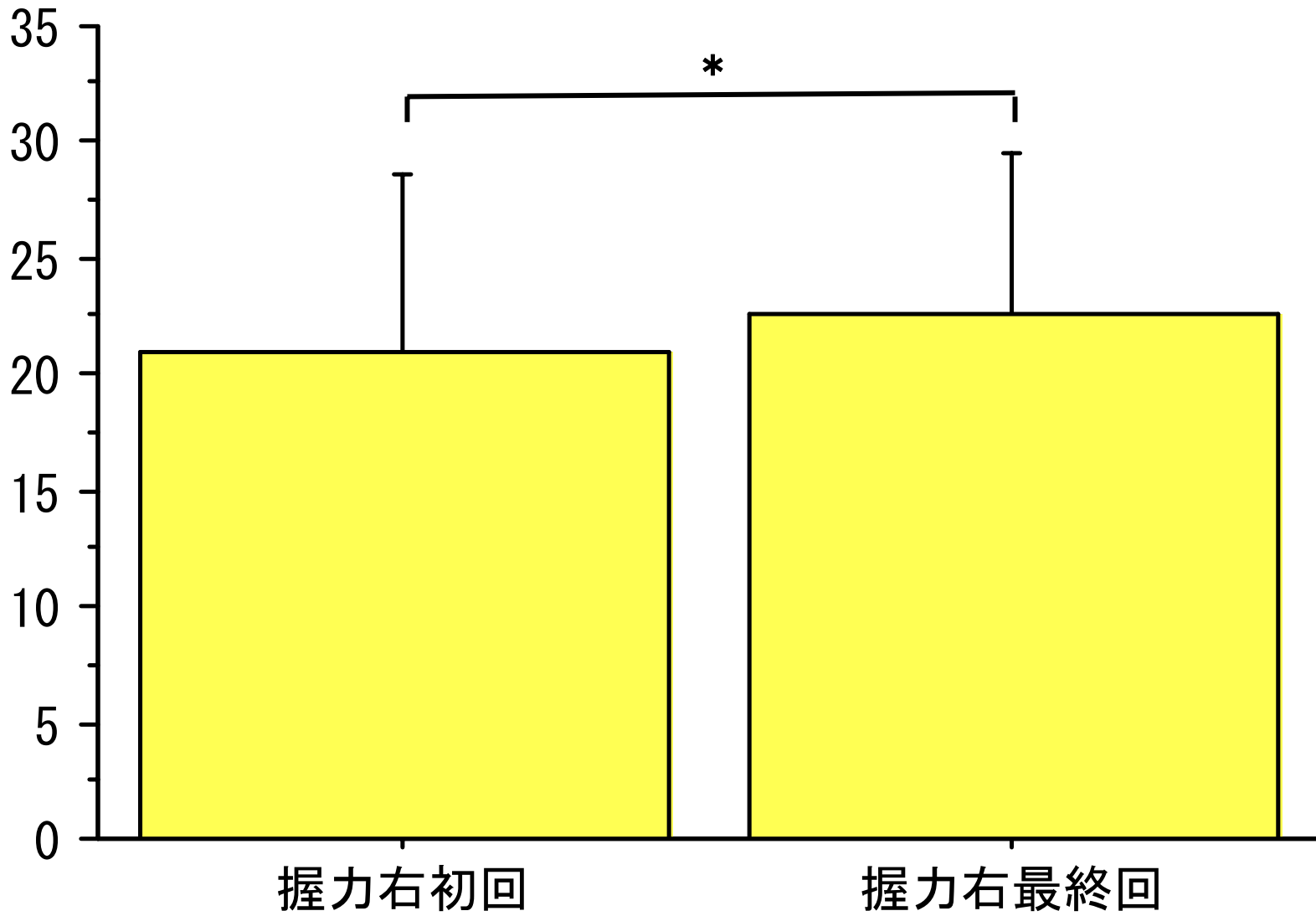
\*\* =  $p < 0.001$

# 3m歩行



\* = p < 0.05

# 握力(右)



\* = p < 0.05

握力(左)

