

下神自治会

運動開始前測定日
平成29年11月13日

運動開始後測定日
平成30年3月12日

	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
1	女	76	—	—	12	26	—	28	—	—	4.7	4.6	—	28	17	13	76%
2	男	80	—	—	18	9	—	14	—	—	7.4	6.4	—	30	17	4	24%
3	男	76	120	120	120	120	22	22	5.2	4.7	4.2	4.1	35	36	17	17	100%
4	女	85	—	—	34	14	—	18	—	—	7.0	7.1	—	25	17	16	94%
5	女	79	—	—	8	11	—	22	—	—	5.4	5.7	—	23	17	15	88%
6	女	72	—	—	3	6	—	22	—	—	4.8	4.7	—	24	17	14	82%
7	女	73	37	80	50	52	23	22	5.5	5.5	5.4	5.3	32	30	17	13	76%
8	女	89	3	6	3	3	19	17	9.0	8.2	7.0	7.2	24	25	17	15	88%
9	女	75	5	—	8	—	14	16	13.3	12.8	—	—	18	19	17	17	100%
10	男	77	53	17	58	24	22	22	5.3	5.2	4.6	4.7	33	31	17	17	100%
11	男	82	11	4	6	10	19	18	6.2	6.6	5.3	5.4	29	28	17	15	88%
12	女	77	26	0	18	31	15	18	6.8	6.6	5.5	5.7	22	25	17	15	88%
13	女	81	3	3	—	—	11	—	9.0	9.0	—	—	26	—	17	8	47%
14	女	78	2	2	—	—	18	—	7.4	6.8	—	—	22	—	17	16	94%
15	女	87	2	4	—	—	15	—	8.4	8.2	—	—	13	—	17	11	65%
16	女	78	2	3	—	—	15	—	7.6	8.4	—	—	22	—	17	16	94%
17	女	78	12	10	—	—	20	—	6.7	6.9	—	—	17	—	17	11	65%
18	女	86	17	7	—	—	22	—	7.9	7.7	—	—	16	—	17	6	35%
19	女	79	71	59	—	—	30	—	5.2	5.2	—	—	32	—	17	11	65%
20	女	70	5	8	—	—	19	—	6.3	5.7	—	—	24	—	17	7	41%

UP

2 3

2

6

4

東園浜自治会

運動開始前測定日
平成29年11月6日

運動開始後測定日
平成30年3月19日

No.	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
1	男	83	9	8	11	10	14	17	7.5	7.4	5.2	5.3	16	16	19	19	100%
2	女	79	120	54	68	61	21	21	5.5	5.4	4.9	4.8	27	31	19	19	100%
3	女	72	24	6	29	7	19	19	5.7	5.6	4.5	4.4	22	24	19	19	100%
4	女	76	115	59	20	54	19	20	5.0	5.0	4.5	4.6	31	34	19	19	100%
5	男	80	8	5	10	2	15	12	6.9	6.5	5.3	—	19	20	19	19	100%
6	女	71	60	3	29	58	19	21	4.8	4.7	4.4	4.4	32	32	19	13	68%
7	女	87	4	4	4	7	15	15	8.9	9.2	7.8	8.3	15	17	19	19	100%
8	女	77	5	5	—	—	—	—	—	—	—	—	23	—	19	5	26%
9	女	65	23	4	—	—	19	—	5.9	5.5	—	—	26	—	19	4	21%
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	

UP

3 5

3

7

5

緑ヶ丘自治会

運動開始前測定日
平成29年12月6日

運動開始後測定日
平成30年2月28日

	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
1	男	73	15	27	—	—	31	—	4.2	4.2	—	—	—	30	17	7	41%
2	男	63	66	28	—	—	25	—	5.2	4.7	—	—	36	—	17	5	29%
3	女	76	21	17	—	—	21	—	4.8	4.8	—	—	—	24	17	14	82%
4	男	70	4	6	3	8	19	24	5.3	5.3	5.3	5.4	21	23	17	11	65%
5	女	70	7	19	24	37	24	30	4.8	4.4	4.4	4.1	27	27	17	13	76%
6	男	70	12	24	62	40	28	38	5.0	4.8	4.0	4.0	28	29	17	17	100%
7	女	70	13	7	120	120	35	37	4.5	4.4	4.2	4.4	33	34	17	17	100%
8	男	72	68	4	120	120	28	37	5.2	4.3	4.6	4.2	34	34	17	17	100%
9	女	70	76	111	94	120	26	34	4.5	4.2	4.4	4.5	30	31	17	13	76%
10	女	76	35	104	64	120	21	29	4.7	5.3	4.7	5.0	29	35	17	9	53%
11			—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	21	—	17	7	41%
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	

UP

6 7

7

4

4

曲自治会

運動開始前測定日
平成29年11月17日

運動開始後測定日
平成30年3月9日

	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
1	女	71	120	31	120	120	22	27	4.9	4.8	4.1	4.1	32	32	21	21	100%
2	女	70	44	13	67	111	19	21	6.9	6.4	5.2	5.6	29	30	21	15	71%
3	女	66	23	104	—	—	29	—	4.2	4.1	—	—	—	25	21	10	48%
4	女	65	—	—	80	120	—	30	—	—	3.8	3.7	—	31	21	1	5%
5	女	65	120	57	120	120	24	31	6.0	5.7	4.1	4.3	34	33	21	18	86%
6	女	55	120	120	120	120	21	29	5.1	4.9	4.3	4.5	32	34	21	17	81%
7	女	76	—	—	40	27	—	24	—	—	5.3	4.9	—	27	21	9	43%
8	女	68	—	—	14	20	—	26	—	—	5.0	4.3	32	26	21	17	81%
9	女	67	—	—	18	9	—	24	—	—	5.3	4.8	—	22	21	2	10%
10	女	63	120	24	23	22	25	29	5.2	5.0	4.3	4.2	32	29	21	19	90%
11	女	69	120	120	120	120	24	28	5.1	5.0	4.6	4.4	33	33	21	18	86%
12	女	62	10	104	54	65	20	28	5.1	4.9	3.8	4.1	30	31	21	17	81%
13			—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	29	30	21	7	33%
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	

UP

2

3

7

7

4

松神自治会

運動開始前測定日
平成29年11月22日

運動開始後測定日
平成30年3月7日

	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
1	女	75	38	24	—	—	24	—	5.7	6.1	—	—	28	—	16	10	63%
2	女	77	10	7	—	—	20	—	6.9	6.5	—	—	24	—	16	7	44%
3	女	82	21	51	—	—	29	—	6.0	5.7	—	—	28	—	16	9	56%
4	女	80	13	10	—	—	19	—	6.9	6.9	—	—	22	—	16	1	6%
5	女	75	11	43	—	—	25	—	7.1	6.6	—	—	18	—	16	7	44%
6	女	70	19	23	—	—	19	—	7.2	7.0	—	—	25	—	16	12	75%
7	女	82	11	17	—	—	24	—	6.1	6.4	—	—	24	—	16	11	69%
8	女	63	3	3	—	—	17	—	7.5	7.5	—	—	27	—	16	8	50%
9	女	78	3	21	—	—	24	—	5.5	5.3	—	—	26	—	16	12	75%
10	女	64	120	120	110	120	34	34	4.2	4.2	3.8	3.8	33	34	16	16	100%
11	男	68	66	78	116	120	30	29	4.7	4.7	4.1	3.9	36	36	16	14	88%
12	女	77	32	16	52	28	30	—	5.5	5.2	4.8	4.4	21	23	16	10	63%
13	女	82	3	34	12	59	25	22	6.3	6.1	5.8	5.4	21	24	16	14	88%
14	女	55	15	49	53	68	26	26	5.2	5.1	4.1	4.2	34	34	16	13	81%
15	男	77	—	—	13	3	—	13	—	—	8.1	8.5	—	19	16	6	38%
16	女	81	4	7	6	5	23	18	5.7	5.5	5.3	4.9	26	27	16	9	56%
17	女	81	11	12	13	12	22	23	6.2	6.4	5.3	5.1	20	21	16	11	69%
18	女	88	—	—	4	6	—	18	—	—	5.9	7.0	—	25	16	12	75%
19	女	64	—	—	13	93	—	17	—	—	5.1	5.2	—	34	16	10	63%
20	女	78	12	—	8	2	9	14	9.1	8.7	7.8	7.7	26	24	16	15	94%

松神自治会

運動開始前測定日
平成29年11月22日

運動開始後測定日
平成30年3月7日

	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
21	女	77	3	3	5	2	25	24	8.5	7.8	7.5	7.7	28	24	16	14	88%
22	女	61	—	—	9	12	—	21	—	—	6.5	6.3	—	31	16	7	44%
23	女	62	2	18	2	29	25	27	5.5	5.6	5.0	5.2	26	26	16	16	100%
24	女	74	—	—	18	25	—	21	—	—	6.0	6.1	—	25	16	4	25%
25	女	64	—	—	118	120	—	25	—	—	4.7	4.5	—	29	16	12	75%
26		70															
27		82															
28		63															
29		78															
30		64															
31		68															
32		77															
33		82															
34		55															
35		77															
36		81															
37		81															
38		88															
39		64															
40		78															

UP

7 5

2

10

5

田井自治会

運動開始前測定日
平成29年12月13日

運動開始後測定日
平成30年3月7日

No.	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目		2回目						
1	女	66	14	4	—	—	26	—	—	—	—	—	23	—	14	4	29%
2	女	81	44	34	—	—	27	—	6.0	5.7	—	—	28	—	14	8	57%
3	女	91	1	3	—	—	33	—	6.9	6.9	—	—	19	—	14	7	50%
4	女	62	4	67	—	—	26	—	5.2	4.9	—	—	33	—	14	5	36%
5	女	80	—	—	—	—	—	—	6.0	6.1	—	—	—	—	14	11	79%
6	女	66	29	75	60	85	—	28	5.1	4.9	4.5	4.5	28	27	14	14	100%
7	女	72	6	12	3	7	26	23	6.3	6.4	5.4	5.3	24	26	14	14	100%
8	女	67	—	—	19	72	—	21	—	—	4.6	4.8	30	—	14	7	50%
9	女	81	—	—	21	8	—	27	—	—	5.4	5.6	—	—	14	7	50%
10	女	76	22	50	24	65	22	21	5.7	6.2	6.0	5.7	32	34	14	12	86%
11	男	73	58	120	120	120	26	27	5.0	5.0	4.4	5.1	34	34	14	9	64%
12	女	77	—	—	—	—	11	—	8.5	7.9	—	—	18	—	14	4	29%
13	女	90	14	7	—	—	21	—	5.9	5.7	—	—	19	22	14	8	57%
14	女	72	2	8	4	8	26	20	6.0	6.0	6.4	5.7	20	20	14	11	79%
15	男	75	120	120	120	120	26	26	5.9	5.7	4.7	4.3	32	32	14	5	36%
16	女	71	33	37	14	23	29	24	4.9	4.9	4.8	4.5	26	25	14	7	50%
17	男	81	18	5	10	7	31	30	4.8	4.6	4.8	4.5	32	35	14	14	100%
18																	
19																	
20																	

UP

4 3

1

8

4

妻波自治会

運動開始前測定日
平成29年11月1日

運動開始後測定日
平成30年2月28日

	性別	年齢	開眼片足立ち(秒)				30秒椅子立ち上がり(回)		タイムアップゴー(秒)				ADLテスト(点)		日数	参加日	出席率
			運動開始前		運動開始後		運動開始前	運動開始後	運動開始前		運動開始後		開始前	開始後			
			右	左	右	左			1回目	2回目							
1	男	77	17	22	—	—	24	—	6.3	5.2	—	—	30	30	18	14	78%
2	女	64	—	—	82	61	—	25	—	—	5.1	4.5	—	32	18	15	83%
3	女	81	50	84	28	5	20	25	5.5	5.2	5.5	5.0	22	26	18	13	72%
4	女	84	22	10	8	11	15	18	9.0	8.7	8.8	8.5	14	19	18	15	83%
5	女	70	3	2	3	1	18	17	6.1	6.2	7.2	7.0	22	20	18	14	78%
6	女	74	57	25	63	69	24	28	5.6	5.2	5.0	5.1	32	33	18	17	94%
7	女	72	53	24	10	22	27	26	5.4	5.1	5.0	5.0	27	26	18	16	89%
8	女	70	72	68	50	111	23	28	4.9	4.8	4.8	4.2	24	29	18	18	100%
9	女	70	97	22	110	2	24	26	4.8	4.8	5.0	4.4	31	32	18	15	83%
10	男	84	7	23	6	12	16	20	7.7	6.8	7.2	6.5	29	29	18	16	89%
11	女	81	47	30	38	69	19	22	6.0	5.9	6.0	5.9	33	28	18	16	89%
12	女	66	18	67	35	23	25	21	4.5	5.2	5.9	5.5	33	32	18	13	72%
13	女	68	11	21	23	31	19	22	5.5	5.4	5.2	5.2	25	27	18	17	94%
14	男	73	50	56	—	—	19	—	5.4	5.5	—	—	23	—	18	14	78%
15	女	66	29	24	—	—	26	—	4.8	4.8	—	—	29	—	18	9	50%
16	男	81	24	6	21	2	15	17	7.3	7.6	7.8	7.0	21	25	18	17	94%
17																	
18																	
19																	
20																	

UP

4 6

9

7

7