

まち歩きワークショップタイムスケジュール

80歳以上の快適歩行速度 (m/s) = 1.13 ± 0.25 (平均値±標準偏差) $\therefore 0.88\text{m/s}$ にて計算
 ※介護予防マニュアル第4版(厚生労働省)別添資料2-4「年齢別体力基準値表」より

