

相模原市職員採用試験（消防）体力検査について

1 検査日

令和8年7月24日（金）

2 集合時間

9時15分※受付開始：8時45分～

※集合時間を過ぎた場合は失格となります。

※集合時間までに、着替え（職員会館2階更衣室）を済ませてください。

3 集合場所

相模原市職員会館2階（相模原市中央区中央2-10-8）

4 測定項目及び場所

No.	測 定 項 目	測 定 場 所
①	握力、腕立て伏せ	検診室1・2
②	立幅跳び、反復横跳び	体育室中央部
③④⑤	5分間走、懸垂、上体起こし	体育室外周部

5 スケジュール

A班	受 付	体 操・ 説 明	①握力、 腕立て伏せ	②立幅跳び、 反復横跳び	休憩	③5分間走	休憩	休憩（約10分間）	④上体起こし、 ⑤懸垂
B班			休憩	①握力、 腕立て伏せ	②立幅跳び、 反復横跳び	休憩	③5分間走		
C班			③5分間走	休憩	①握力、 腕立て伏せ	②立幅跳び、 反復横跳び	休憩		
D班			休憩	③5分間走	休憩	①握力、 腕立て伏せ	②立幅跳び、 反復横跳び		
E班			②立幅跳び、 反復横跳び	休憩	③5分間走	休憩	①握力、 腕立て伏せ		

※班の編成は5つの班（A～E班）に振り分けます。

※班の編成は当日の受付時に発表します。

※体力測定の指示は班ごとに行いますので、これに従い行動してください。

6 服装・持ち物

(1) 服装 運動のできる服装（体育館履きを着用願います。）

(2) 持物 受験票・体育館履き・タオル・飲料水等

7 その他

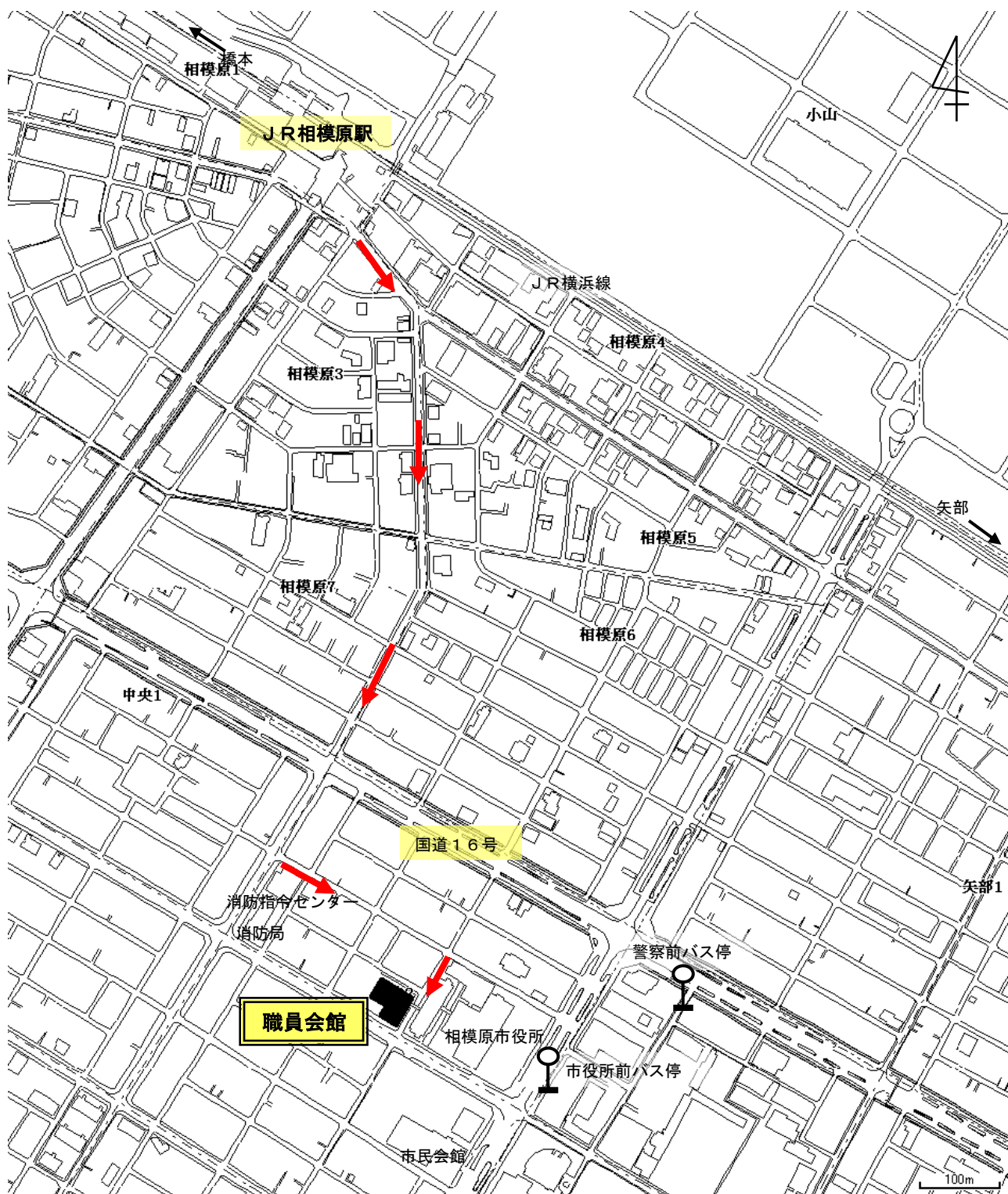
(1) 着替え後、更衣室ロッカーに荷物を入れ、タオル、飲料水を持って体育室に集合してください。
なお、ロッカー（男性用）は数に限りがありますので貴重品等は個人で管理してください。

(2) 会場に自動販売機がありますので、飲料水等の購入が可能です。

(3) 自転車でお越しの方は市役所正面玄関前の来庁者用駐輪場をご利用ください。

（自家用車、バイクでの来場はご遠慮ください。）

【問い合わせ先】相模原市任用調査課
電話 042-769-8320



JR横浜線相模原駅南口から

- ・徒歩約15分
- ・バス
 - 1番・2番乗り場のバス、市役所前下車
 - 6番乗り場「相12 市役所前経由上溝行き」市役所前下車

小田急相模大野駅北口から

- ・バス
 - 5番乗り場「相02 相模原駅南口行き」相模原警察署前下車
 - 2番乗り場「相05 大野台経由相模原駅南口行き」市役所前下車

※バスを利用する場合の注意事項
交通事情により遅延する場合があります。

バス乗り場及びバスの系統については、変更となっている場合があります。