

記者発表資料

令和5年6月6日(火)

日高市

日高市立保健相談センター

健幸のまち推進担当

TEL042-985-5122

所長 野澤 勝行

担当者職・氏名 主幹 北野 新二

健幸まつりを開催します

令和3年11月に行った「健幸のまち」宣言を踏まえ、市民に様々な健康づくりの体験をしていただく「健幸まつり」を開催します。

日時 6月11日(日) 午前9時から午後3時まで

場所 文化体育館「ひだかアリーナ」

テーマ ココロ カラダ キズナ をつくる 健幸まつり

内容 各種表彰(8020 良い歯のコンクール表彰・健康シニア褒賞・令和4年度健幸ポイント優秀賞)、各種測定(血管年齢・脳年齢・体力)、各種体験・相談(歯科・助産師・鍼灸)、各種検診(がん検診、特定健診、骨粗しょう症検診)、地場産野菜などを販売する出張「ひだか de マルシェ」など



※ 健幸まつり会場では、「令和5年度健幸ポイント事業」の参加受付も行います。

ウォーキング特別講習会

「誰よりも若々しく 同級生よりも一歩前に 魔法のレッスン」

まるで魔法にかけられたみたい！歩き方を変えただけで、人生が好転！



これまでに7万人以上を指導した実績をもつウォーキングスペシャリストの山口マユウさんを講師に迎え、ウォーキングの実技を交えた講習会を予約制で開催します。

ウォーキングに加え、すてきな写真の写り方の講習もあります。

時間 午後2時から3時まで

人数 150人(申し込み順)

申し込み 6月8日(木)までに、電話または直接保健相談センターへ

健幸ポイント手帳も
配布します



ココロ カラダ キズナをつくる

健幸まつり

06. 11 日

9 : 00 ~ 15 : 00

文化体育館「ひだかアリーナ」

体験

- はり・きゆうコーナー
- 歯科コーナー
- 助産師コーナー
- 薬剤師体験
- (子ども対象)

測定

- 体力
- 血管年齢
- 脳年齢

味わう

- 出張
「ひだかdeマルシェ」

楽しむ

- くりっぴーのふわふわスライダー
- 食育縁日
- クイズラリー

調べる

- がん検診【予約制】
- 特定健診【予約制】
- 骨粗しょう症検診【予約制】
- 野菜足りてる？ベジチェック

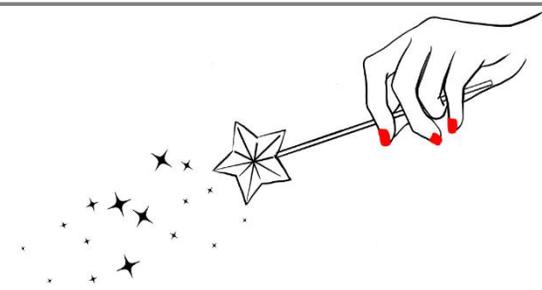
6

11

(Sun)

14:00~15:00

文化体育館「ひだかアリーナ」



特別講習会

誰よりも若々しく
同級生より一歩前に
魔法のレッスン

まるで魔法にかけられたみたい！

歩き方を変えただけで、人生が好転！

これまでに7万人以上を指導した実績をもつウオーキングスペシャリストの山口マユウさんを講師に迎え、ウオーキングの実技を交えた講習会を開催します。

今年は、すてきな写真の写り方の講習もあります。

◆人数 150人（申し込み順）

◆申し込み

5月22日（月）から6月8日（木）までに、
電話または直接保健相談センターへ

◆問い合わせ

日高市立保健相談センター ☎042-985-5122



ウオーキングスペシャリスト 山口マユウさん

