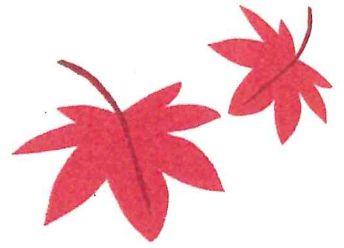


鴻巣市合併20周年記念

このす 健幸フェス



❖日時 10月4日(土) 9時30分(開会)～14時

❖場所 鴻巣市立総合体育館アリーナ

❖持ち物 室内履き(靴を入れる袋)



★おすすめ企画★
3選

★ラジオ体操講習会

受付:9時15分～

実施時間:9時45分～10時45分

記念品配布:先着200人★

NHK テレビ・ラジオ出演



講師
五日市 祐子先生

アシスタント
館野 伶奈先生

◆SDGs コーナー

- ・大阪・関西万博出展ブースを再現!
コウノトリになって飛ぶVR体験等ができます!
- ・まちのコイン「ブーケ」を登録・体験して景品をゲット!



●同日開催

スポーツフェスティバル

このす2025

自由参加による体験型のスポーツイベント。ボルダリングやストラックアウト等、幅広い世代の方が楽しめる体験コーナーがあります。

❖場所:鴻巣市立陸上競技場

★がんを知ろう



まずはがんを知ることから!!

乳がん触診モデルや触れる展示品で、「見る」「知る」「触れる」を通じ、がんについて考えるきっかけにしませんか?

★食育コーナー



野菜の重さあてゲーム



～1日 350g ってどのくらい?～



参加者先着 200 人にクッキープレゼント!



実施内容等の
詳細はこちら!

プログラム	実施時間	定員・内容など
ラジオ体操講習会	9時45分～10時45分 (受付9時15分～)	参加者(先着200人)に記念品をプレゼント!
健康相談	11時～14時	保健師、管理栄養士が健康相談をお受けします!
がんを知ろう		肺がん・乳がんモデルに触れて、がんについて知ろう
食育コーナー(食生活改善推進員協議会)		参加者(先着200人)に手作りクッキーをプレゼント!
体組成測定		100人程度(当日整理券を配布) ※素足での測定
骨密度測定		70人程度(当日整理券を配布) ※素足での測定
コパトンALKOOマイレージ登録会		歩数管理アプリをスマホに登録するお手伝いをします!
血管年齢測定/野菜チェック測定※ 視機能トレーニング		200人程度 ※野菜摂取レベルが測定できます!
健康ミニ講話		200人程度 睡眠・腸活・免疫のおはなし

★ペースメーカーを装着している方は、体組成の測定はできません。

❖問い合わせ 鴻巣市健康づくり課(保健センター)

☎ 048-543-1561

❖当日連絡先:鴻巣市立総合体育館

☎ 048-543-0101

❖協力団体(順不同)/第一生命保険(株)、明治安田生命保険相互会社、アフラック生命保険(株)

(一財)簡易保険加入者協会、鴻巣市食生活改善推進員協議会、(株)セキ薬品、セノー(株)