

からだ健康フェスタ

「生きる」

令和5年9月30日（土）

9：30～14：00

第1部 9：30～ 事前申込【抽選：40名】

第2部 10：30～ 申込不要

※事前申込をされた方
全員に特典あり！

歩幅を意識しよう！

「普段の歩幅+10cm」を意識しよう
歩行促進プログラム

『HODO HOKO』で歩幅測定



砂糖・塩の量ってどれくらい？

クイズに答えてみよう！

今年もやいます！

体組成計・血管年齢・肌年齢測定

※成人の方の測定となります
お子様向けの測定ではありません



お薬についての
相談もできる

お子様には・・・

輪投げ・ミニゲーム等



軽食販売コーナー



LINEでの申込みは
こちらから ↓↓↓

初めての方は友だち
追加後に「健康フェ
スタ1部申込み」と
入力し送信して下さい



申込方法：お電話・窓口のほか LINE にて
「健康フェスタ1部申込み」とお知らせください

申込〆切：9月20日(水)12：00〆切

※混雑が予想されますので、体調が不安な時は
来館を控えてください。

主 催：横浜市仏向地域ケアプラザ
共 催：仏向地区社会福祉協議会
事務局：仏向からだフェスタ実行委員会
問合せ・申込：☎336-1565