

令和8年度

健康フェスタ & 軽スポーツ

参加
無料

みんなで楽しみながら、健康づくりをはじめよう！

主催 六ヶ所村

日時 令和8年8月8日(土) 10:00~13:00

場所 文化交流プラザ・スワニー

健康フェスタ

コーナー参加ごとにプレゼントあり！
健康づくりポイント3ポイントプレゼント！
会場内で3,000歩歩いた方へ粗品プレゼント！

健康測定コーナー

足指握力や血流測定など、珍しい7種類の測定を体験できます！

30分の簡単ストレッチ体験(要申込)

がんばらない運動で、体をほくしてリフレッシュ

10時15分の部、11時00分の部

※小学生以上参加可能 小学生は保護者同伴で参加可能

健康チェックコーナー

血圧測定、握力測定、ロコモ度チェックを体験

塩分&糖分チェックコーナー

おいしい減塩具沢山みそ汁の試食あり！

3種類のみそ汁から好みの味を選んで塩分濃度をチェック

ペットボトル飲料に含まれる砂糖の量を展示します

お子さまも楽しめるコーナー多数！

・ちびっこ縁日

・フォトブース

・赤ちゃん人形だっこ体験 ・聴診体験



簡単ストレッチの
申込はこちら

軽スポーツ

様々なスポーツを体験し、豪華プレゼントをGET
しましょう!!

① 体力測定



② ニュースポーツ体験

(モルック、シャッフルボード、ラダーゲッターなど)

③ ノルディックウォーキング(1km)



“つい立ち寄りたくなる”コーナーも

- ・〇×クイズ
- ・健康ポスター展示
- ・マタニティ体験



お問合せ

健康フェスタ

六ヶ所村保健相談センター

☎ 0175-72-2794

(簡単ストレッチ体験は電話でも申込可)

軽スポーツ

六ヶ所村役場社会教育課

☎ 0175-72-8173