

歩いて、測って
もっと健康に!



健幸 フェスタ

参加無料
要予約

～小説「幸せの黄色いポスト」聖地巡礼プロジェクト～

対象

市内在住
在勤の方

令和8年11月29日（日）

会場：プラザけやき

※駐車場には限りがありますので乗り合わせ
または、徒歩・自転車等でお越しください。

①ウォーキング&健康チェック 先着30名
午前9時～12時 ※受付8時45分～

雨天の場合は、ウォーキングを運動教室に
変更します。

♥ ウォーキング完歩プレゼント ♥
十年後のラブレタークッキー



②健康チェック 先着100名
午前9時～10時45分

申込み

健康づくり課へ電話
または2次元コードから申込み
10月26日（月）午前9時
～11月20日（金）午後5時



ウォーキング

約5キロのウォーキング
ぶらり潮海寺探訪コース
×
聖地巡礼ウォーキング

健康チェック

- ・AGEs（老化物質測定）
- ・体組成測定
- ・骨密度測定
- ・推定野菜摂取量測定
- ・血管年齢測定
- ・肌年齢測定 等

体験

- ・野菜摂取量当てクイズ
- ・みそ汁塩分濃度比較
- ・調理法による塩分比較

協力企業：株式会社杏林堂薬局
株式会社南山堂
日本生命保険相互会社
明治安田生命保険相互会社

主催・問合わせ
菊川市健康づくり課
Tel.0537-37-1175