

令和7年10月9日

立子山で初開催！ ～たつごやま生き活き健康フェスタを開催します～

健都たつごやまでは、地域みんなが豊かで健康的な生活を営み、地域の賑わいと活力が増していくことを目指して、健康づくりに着目したイベントを立子山では初めて開催します。専門家による講演を中心に、普段体験することが少ないベジチェック（推定野菜摂取量測定）や、血管年齢測定をはじめとする体験コーナーなど、バラエティに富んだ企画を準備して多くの方のご来場をお待ちしています。

記

1. 日時／令和7年10月18日（土）午後1時から4時
2. 会場／福島市職業訓練技能センター内（旧立子山中学校体育館）：立子山字大稻場 20
3. 内容／
 - ① オープニングセレモニー（主催者挨拶及び講師紹介） 13:20～13:30
 - ② 健康づくり講演会（講師：県立医大大平先生） 13:30～14:30
 - ③ 体験コーナー
 - ・ベジチェック（推定野菜摂取量測定）
 - ・血管年齢測定
 - ・血圧測定
 - ・握力測定
 - ・体重測定
 - ④ 健康相談コーナー
 - ⑤ 啓発グッズ配布
 - ⑥ ももりん体操映像展示など※③～⑥は、13:00～13:20、14:30～16:00
4. 詳しくは別紙チラシをご覧ください。
5. 当日は「第16回職業訓練校技能祭り」10:00～16:00 と同時開催となります。

担当:健都ふくしま創造事業立子山地区協議会(略称:健都たつごやま)
(事務局)立子山支所 支所長:高橋 主任:大槻
電話 024-597-2111(直通)
Email:tatsugoyama@mail.city.fukushima.fukushima.jp

たつごやま

生き活き

健康フェスタ

申込
不要

参加費
無料

2025年

10月18日土

13:00▶16:00

会場

福島市職業訓練技能センター
福島市立子山字大稲場20（旧立子山中学校）

同時開催

第16回
職業訓練校
技能まつり

健康づくり講演会

13:30▶14:30

元気に笑って健康生活

～健康は笑いと共にやってくる～

講師 福島県立医科大学 主任教授 大平 哲也 先生

健康相談
コーナー

市の保健師が相談にお
答えします。体験コー
ナーで気になる数値や
日常生活の不安や疑問
にお答えします。

体験コーナー

- ベジチェック
（推定野菜摂取量）
- 血管年齢測定
- 血圧測定
- 握力測定
- 体重測定

入場者全員に
お楽しみグッズを
プレゼント

主催／健都ふくしま創造事業立子山地区協議会（健都たつごやま）

〈事務局〉福島市役所立子山支所（TEL 024-597-2111）