

# 健康づくり中山フェスタin中山

開催日：令和7年11月23日(日・祝)

場所：中山小学校（近隣に駐車場有り）

時間：9:00～12:30（開会式は9:00～）

受付：ウォーキング・・・8:45～9:00

健康体験・・・・9:15～12:00

参加費

無料

参加者  
景品進呈

気軽に相談  
気軽にチェック

健康体験(体育館)

健康体験のみの  
ご参加も大歓迎

## 健康相談

- ◆食についての相談
- ◆薬についての相談
- ◆お口についての相談

## 健康測定

- ◆口腔機能チェック
- ◆握力測定
- ◆酸素濃度測定
- ◆骨密度、脳年齢チェック 等

## 体験

- ◆脳トレ 等

## 展示

- パネル展示 等

## ウォーキング

雨天の場合、ウォーキングは中止します。

長距離コースと短距離コースがあります。各自水分補給ができる物をご持参ください。

小学生低学年以下の子どもの参加は保護者同伴。

当日、体調不良の方は、参加をご遠慮ください。

近隣の方にも声を掛け合って、「健康体験」  
や「ウォーキング」にご参加ください。

お問い合わせは、開催担当の中山学区連合町内会会长（携帯電話：080-3175-3575）まで。

**主催：北市民健康づくり中山会議**