

令和 7 年度 健康フェアを開催します

中津川市健康づくり 8 か条を推進するため、健康に関する知識を学び、生活習慣を見直すきっかけとし、健康的なライフスタイルの定着を図ります。
健康フェア当日は、けんぱちくん弁当を販売します。

■日時 令和 7 年 10 月 11 日（土曜日） 9 時 00 分～14 時 00 分
※受付時間 9 時 00 分～13 時 30 分

■場所 中津川市ひと・まちテラス 1 階（中津川市新町 2 番 34 号）

■内容

- ・健康チェック体験 血圧測定、糖化測定、ベジチェック、血管年齢測定、お口の細菌観察など
- ・運動体験 ストレッチ体操、歩行分析、健康ウォーキング
（健康ウォーキングは都市緑地公園から中山道を歩く予定）
- ・その他 がん検診クイズラリー、アルコールパッチテスト、たばこについて知ろう
- ・けんぱちくん弁当販売 11 時頃から（無くなり次第終了）
（製造：こうじキッチンこぎちゃん）



たばこと純アルコール量の説明コーナーの様子（令和 6 年度）

お問い合わせ先

医療福祉部 健康課 健康支援係 担当者：古井
電話：0573-66-1111（内線 629）