

秋の健康

～あなたの健康度をチェック!
with 健康松戸21応援団～

フェスティバル2022

申込不要



(市ホームページ)
に詳細掲載
※一部、事前申込制

11月6日 日

令和
4年

10:30～12:40 (最終入場12:10)

お子さまから大人まで、みんなで楽しめる
健康づくりイベントを開催します♪
ぜひ、お越しください。

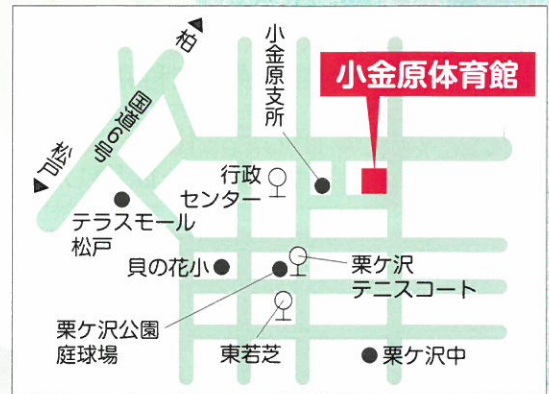
会場：小金原体育館 (小金原6丁目4)

持ち物：上履き・外靴用の袋、飲み物

(動きやすい服装でお越しください。)

ご来場の際は、マスクの着用や体温測定など、
感染症対策にご協力をお願いいたします。

- ※混雑状況により、入場制限する場合があります。
- ※なお、感染状況により、イベントが中止となる場合があります。
- ※感染防止対策は、政府ガイドラインに沿って行います。



※ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。



©・CHIBAJETS FUNABASHI/PHOTO: Hiroto Gozaoka

ステージ

応援団と一緒に
健康づくりを体験!

- 10:45～ 太極拳を体験
- 11:10～ ストレッチ運動
- 11:35～ 親子deダンス♪
- 12:00～ 英語で口腔トレーニング
- 12:25～ 脳の活性化エクササイズ
シナプソロジー

ブース

応援団のブースで
健康度チェック!

- 骨密度・血管年齢
体脂肪などの測定
- 隠れ脳梗塞発見チェック
- ベジチェック
- TUG歩行能力テスト
・バランステスト
- ロコチェック
(立ち上がりテスト他) など

ゲスト

「STAR JETS」による
ダンス教室♪

プロバスケットボールチーム
千葉ジェッツ専属チアリーダーズの
メンバーがダンス教室を開催!

参加には事前申込(先着順)が必要です

対象：年長児・小学生

詳細は市のホームページを
ご覧ください

主催：松戸市健康推進課
共催：公益財団法人健康・体力づくり事業財団
後援：厚生労働省、健康日本21推進全国連絡協議会
協力：健康松戸21応援団



参加すると
「まつど健康マイレージ」
のマイルがたまります。
来場者プレゼントもあります!



問い合わせ

松戸市健康推進課

TEL 047-366-7486

松戸市 秋の健康フェスティバル

検索

秋の健康フェスティバル2022

～あなたの健康度をチェック！ with 健康松戸21応援団～

ステージ

10:45	◆ 太極拳を体験! 太極拳に興味のある方は、ぜひ参加してみませんか?	ハイクラス太極拳
11:10	◆ ストレッチ運動 上半身のストレッチを体験していただきます!	NPO法人人材パワーアップセンター 「わくわくストレッチクラブ」
11:35	◆ 親子deダンス♪ ダンスを通じて体を動かす楽しさを体験できます♪	シンコースポーツ株式会社
12:00	◆ 英語で口腔トレーニング 英語の発声を利用して嚥下機能を鍛える体操です!	健康サークル・スパークジョイ& はれの日サロン常盤平店
12:25	◆ 脳の活性化エクササイズシナプソロジー シナプソロジーは「楽しく脳を活性化」するメソッドです!	ネコサポ・ヤマト運輸株式会社

ブース
・展示

◆ 骨密度測定 骨密度を測定して、あなたの骨の健康度を確認しませんか	タニタフィッツミーピコティ 北小金
◆ ベジチェック&血管年齢測定 健康測定会として、野菜の摂取量や血管年齢の測定を行います	明治安田生命保険相互会社
◆ 血圧・体脂肪測定 (おくすり手帳をお持ちください) 健康度測定や、薬の正しい使い方等の相談を行います	(一社) 松戸市薬剤師会
◆ 出前講座「まちっこプロジェクト」 「感染症」について学ぶことができるDVDを上映します	(一社) 松戸市医師会
◆ 血管年齢測定・隠れ脳梗塞発見チェック 結果にドキドキ?普段は見えない健康状態が確認できます	第一生命株式会社 柏支店
◆ TUG 歩行能力テスト・動的バランステスト TUG (Timed Up & Go Test) を体験することができます	歩くらぶういず
◆ ロコチェック (立ち上がりテスト、握力測定、7つのチェック) 健康推進員が作成した「市内ウォーキングマップ」もご案内します	松戸市健康推進員
(展 示) 野菜摂取のすすめ、お酒の適量・たばこと健康 (クイズ) 大腸がんクイズ、健康クロスワード、糖尿病クイズ (体 験) ブラックライトを使った手洗いチェック 「正しい手洗いできていますか?」 (案 内) 健康診査、保健指導のご案内	松戸市健康推進課 国保年金課

同日開催 **歯の健康チェック**

事前予約制です。詳細は市ホームページをチェック!

歯の健康チェック 

まっど健康マイレージ

健診(検診)の受診や、健康づくりイベントなどに参加すると、マイル(ポイント)が貯まり、すてきな特典が抽選で当たります。

イベント会場で、
ブース・ステージに
参加すると**5マイル!**

市ホームページ

参加対象者

18歳以上の市民、松戸市に通勤・通学の人

応募対象期間

令和4年1月1日～令和4年12月31日

応募集めたマイルが50マイルに達すると
応募できます。(令和5年1月6日応募締切)

健康松戸21応援団

令和4年度応援団表彰 対象一覧（49団体）

1	朝日生命保険相互会社船橋支社	31	松戸市町会・自治会連合会本庁地区会
2	日本大学松戸歯学部	32	ワンコインフィットネス&水素バー sorriso
3	流通経済大学	33	イオンリテール株式会社スポーツ&レジャー事業本部レディースフィットネス事業MG (イオンフィットネススタジオ松戸西口店)
4	小金原6-7元気くらぶ		
5	すこやかライフ	34	小金原太極拳愛好会
6	こどもの未来を考える会	35	パトラン松戸
7	新松戸☆笑いヨガくらぶ	36	松戸市町会・自治会連合会明第2東地区会
8	ぱそこん119	37	すみれ会
9	メディカルフィットネスリガール	38	矢切健康づくりグループ
10	公益社団法人松戸市シルバー人材センター	39	健康づくりグループ円
11	明朗会	40	むつみ会
12	ボランティアグループチアフル	41	食生活みのり会
13	虹の橋	42	くるみ会
14	松戸市町会・自治会連合会馬橋地区会	43	すば・かる小金原
15	松戸市町会・自治会連合会六実六高台地区会	44	健康づくりMK
16	松戸市町会・自治会連合会新松戸地区会	45	サークル・アキ
17	松戸市町会・自治会連合会明第1地区会	46	ふじショートテニスクラブ
18	松戸市町会・自治会連合会五香・松飛台地区会	47	ラジオ体操会
19	松戸市町会・自治会連合会小金原地区会	48	こすもすの会
20	松戸市町会・自治会連合会馬橋西地区会	49	コスモス会
21	シンコースポーツ株式会社		
22	一般社団法人あんしん地域見守りネット		
23	松戸市町会・自治会連合会常盤平団地地区会		
24	グラウンドゴルフクラブあすなる会		
25	MG会		
26	小金原楽友会		
27	小金原グラウンドゴルフクラブ		
28	松戸市町会・自治会連合会明第2西地区会		
29	松戸市町会・自治会連合会常盤平地区会		
30	河南環境美化の会		