



やさシティ、まつど。
matsudo

松戸市報道資料
令和8年10月8日

まつど健康ハッピーフェスタ2026

～つながる！ひろがる！健幸の輪！

健康づくりのきっかけを発見できる体験型イベント「まつど健康ハッピーフェスタ」を、令和8年11月22日（日）に小金原体育館で開催します。

健康づくりイベントとしては今年で11回目の開催となります。

【特徴】

「健康松戸21応援団^{*}」等による出展（6ステージ、15ブース）

誰でも簡単にできるストレッチ体操などのステージコンテンツや口腔機能チェック、血管年齢測定などのブースがあります。

※「健康松戸21応援団」とは…本市では市民の健康づくりを応援する企業・団体を「健康松戸21応援団」として登録し、市民の健康づくりを協働で推進しています。医療関係団体・企業・地域活動団体など、多種多様な組織が入団しています。（入団数：235団体 令和8年9月末現在）

【実施概要】

- 開催日時 令和8年11月22日（日）10時～13時
（最終受付12時30分）※入退場自由
- 会場 小金原体育館（松戸市小金原6-4）
- 主催 松戸市
- 協力 健康松戸21応援団、松戸市健康推進員^{*}
- 参加費 無料

※「松戸市健康推進員」とは…町会・自治会からの推薦や公募により選ばれ、市長が委嘱する市民ボランティアです。健康に関する情報を地域で伝える健康づくり活動を行っています。

【内 容】

- ★10時～10時15分
・開会式

★10時20分～12時50分（予定）

- ・ステージ（体験）[全6ステージ]
 - ズンバフィットネスダンス
 - 太極拳入門
 - みんなでエアロビクス
 - やさしいストレッチ体操



やさシティ、まつど。
matsudo

- 盆踊り（BON-DANCE）で健康づくり
- グー・パー食生活を始めよう！

★10時15分～13時（予定）

・ブース（体験・測定）[全15ブース]

- 口腔機能チェック
- 簡易血糖検査
- 老若男女★みんなで3B体操
- 大腸クイズラリー
- 血管年齢測定
- 未来ノート書き方講座
- 笑いヨガ
- inbody 体成分測定
- ベジチェックで野菜摂取量を測定
- からだ発見！お酒体質&握力チャレンジ
- 医師による健康相談／あなたの健口状態は？
- オリジナルトレーニングメニューを作ろう！
- TUG（歩行能力動的バランス）テスト～Time up & Go Test～
- セラバンドで筋トレ&スクエアステップで動きづくり
- シセイカルテ AI 姿勢分析で体の歪みを分析



【問い合わせ先】

〒271-0072 千葉県松戸市竹ヶ花74番地の3 中央保健福祉センター3階
松戸市健康医療部健康推進課

☎047-366-7485 FAX047-363-9766

✉ mckenkou@city.matsudo.chiba.jp

まつど健康 ハッピーフェスタ 2026

～つながる！ひろがる！健幸の輪！～

参加無料

雨天決行
申込不要

日時

11月22日 日

10:00～13:00

(最終入場 12:30)

会場

小金原体育館

北小金駅から京成バスで団地行き「行政センター前」下車 徒歩3分
または八柱駅から京成バス小金原団地循環「バス案内所」下車 徒歩2分

体育館内ステージ

- ズンバフィットネスダンス
- 太極拳入門
- やさしいストレッチ体操
- みんなでエアロビクス
- 盆踊り(BON-DANCE)で健康づくり
- グー・パー食生活を始めよう！

体育館内ブース(一例)

測定

- inbody体成分測定
- 口腔機能チェック
- ベジチェックで野菜摂取量を測定

体験

- 未来ノート書き方講座
- 老若男女★みんなで3B体操体験
- セラバンドで筋トレ&スクエアステップで動きづくり
- 笑いヨガ

参加ステージ・ブースで「まつど健康マイレージ」のマイルがもらえるよ！



スタンプラリー開催！

好きなステージ・ブースに参加してシールを集めよう！
3つ以上集めてアンケートに答えると**参加賞**がもらえるよ！

ゲーバくんも遊びに来よう！



千葉県マスコットキャラクター
ゲーバくん

主催：松戸市
協力：健康松戸21応援団・松戸市健康推進員
問い合わせ：松戸市健康推進課 ☎ 047-366-7485



◀◀◀ イベント公式ホームページはこちら



まつど健康ハッピーフェスタ

検索

まつど健康ハッピーフェスタ2026

～つながる！ひろがる！健幸の輪！～

体育館内ステージ

ズンバフィットネスダンス

ウィーウィドゥズズンバフィットネス

太極拳入門

ハイクラス太極拳

やさしいストレッチ体操

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)

みんなでエアロビクス

シンコースポーツ(株)

盆踊り(BON-DANCE)で健康づくり

はれの日サロン／健康サークル・スパークジョイ

グー・パー食生活を始めよう！

健康推進課地域保健班

体育館内ブース

測定

inbody体成分測定

ニッセイセントラルフィットネスクラブ松戸

口腔機能チェック

松戸歯科医師会

ベジチェックで野菜摂取量を測定

明治安田生命

血管年齢測定

住友生命

簡易血糖検査

松戸市薬剤師会

TUG(歩行能力・動的バランス)テスト

～Time up & Go Test～

歩くらぶういず

体育館内ブース

体験

未来ノート書き方講座

(株)家族葬のファミリー

老若男女★みんなで3B体操体験

(公社)日本3B体操協会

セラバンドで筋トレ& スクエアステップで動きづくり

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)

笑いヨガ

まつど☆笑いヨガ推進会

オリジナルトレーニングメニュー を作ろう！

千葉県松戸保健所

シセイカルテ

AI姿勢分析で体の歪みを分析

シンコースポーツ(株)

医師による健康相談／ あなたの健口状態は？

松戸市医師会／旭神経内科リハビリテーション病院

からだ発見！ お酒体質&握力チャレンジ

健康推進課地域保健班

大腸クイズラリー

健康推進課健診担当室

まつど健康マイレージ



まつど健康マイレージ
公式ホームページ

健康診断を受けたり、健康づくりに関する
イベントなどに参加して、健康と特典をゲット！

・応募対象期間：令和8年4月1日(水)から
令和9年3月31日(火)まで
・参加対象者：18歳以上の市内在住・在勤・在学の方



健康松戸21応援団とは

健康松戸21応援団とは、市民の健康づくりを応援する企業、団体等をいいます。健康松戸21応援団は、健康松戸21Ⅳ計画の理念を共有し、松戸市と一体となって市民の健康づくりを推進します。



X (Twitter)



Instagram



Facebook



健康松戸21
応援団の活動

- ▶ 上履き・外靴用の袋・飲み物をご持参ください。(動きやすい服装でお越しください)
- ▶ 駐車スペースはありません。ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。
- ▶ 発熱や風邪の症状などがある方は、ご来場をご遠慮ください。