

おおむた 健康 フェア



参加無料
申込不要



日時

2月15日(土)

10:00~15:00

(最終受付14:30)

場所

ゆめタウン大牟田

2階 わくわく広場

+Walking 

ミニ講演会

「知っておきたい健康の話」

時間：11:00~11:30

講師：住友生命保険相互会社 職員

内容：健康づくりのために大事な3つのポイントをわかりやすく説明します！

ウォーキング講演会

「始めよう！続けよう！
にこにこウォーキング」

時間：13:30~14:30

講師：株式会社 健康科学研究所

中田 領樹 さん

ウォーキングのポイントや運動継続のコツ等を実技を踏まえながら楽しくお話します！
皆さまのご来場をお待ちしております。



歩いて探してプレゼントをもらおう

脳トレウォーク

館内のウォーキングコースを歩いてポスターを4つ見つけよう！ポスターに書かれているクイズに答えて正解するとプレゼントがもらえるよ！

時間：10:00~15:00（随時参加）



ゲーム感覚で楽しめるウォーキングのイベントだよ！

測定会（住友生命保険相互会社）

血管年齢測定 ベジチェック

（推定野菜摂取量測定）

時間：10:00~12:00（最終受付11:30）

13:00~15:00（最終受付14:30）

血管の老化度具合や野菜がしっかり摂れているか数値で見よう！



イベントに参加し、アンケートにご協力いただくと粗品をプレゼント！

