

三宅町×畿央大学

気ままに健康交流会

日時

2026

9.12

土

11:00-16:00(受付15:30迄)

会場

交流まちづくりセンター
MiiMo

入場
無料

食育ゲームコーナー

バランス取れている
かな？

【事前予約優先】



健康チェックコーナー

自分のからだを
チェック！

【事前予約優先】



体力チェックコーナー

楽しく体力を
チェックしよう！

【事前予約優先】



くわしくは裏面をみてね

アンケート回答者にはプレゼント！

健康づくりに関するアンケートに
答えると、キウイがもらえるよ！

【先着300名】



当日は、Mフェスも開催さ
れており、他にも楽しいイ
ベントがいっぱい！

気ままに健康交流会

食育ゲームコーナー

会場：1階MiiMoホール

①栄養バランスを 調べてみよう！

トレーに食べたものに乗せてね

②食育魚釣りゲーム

どんな魚が釣れるかな？



栄養とれているかな？

健康チェックコーナー

会場：3階コミュニティルーム 1

①体組成測定

筋肉・脂肪量はどうか？



②足趾把持力測定

足の指のつかむ力を知ろう！

③呼吸機能測定

肺がどのくらい酸素を取り込めているかみてみよう

初めての方も大歓迎！

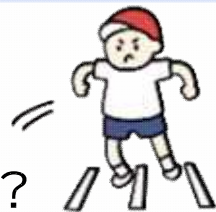
体力チェックコーナー

会場：3階コミュニティルーム 1

①握力測定

②反復横飛び

さて、何回できるかな？



③ロコモチェック(大人のみ)

親子でも！1人でも！
楽しく体力チェック！

健康アンケートに ご協力おねがいします！

会場：食育ゲームコーナー

アンケートに回答すると
キウイをプレゼント！



[先着300名]

食育ゲームコーナーで回答
終了画面を見せてね！



お申込み・お問い合わせ

主催：三宅町健康子ども課
〒636-0213 三宅町伴堂848-1

電話：0745-43-3580

協力：畿央大学ウェルネス共創研究センター

事前予約期間：9/1～9/10まで
※事前予約枠がいっぱいになり次第終了します。

予約
フォーム

各コーナーは、時間ごとに
事前予約を受付しています。
右記QRコードよりお申し
込みください。

