

松戸市人口50万人到達記念事業



# まつど健康 ハッピー フェスタ2024

3世代で  
楽しめる!

～楽しく体験！新たな発見！  
明日の自分にできること～

参加無料  
雨天決行  
申込不要

## 2024.11.30 土 10:00～13:00

### 会場：松戸運動公園（体育館・野球場）

#### ステージ 体験

- 2025年 熱中症対策と冬場の乾燥対策
- マッチョトレーナーと一緒に！誰でも簡単 筋肉体操
- みんなでエアロビクス！
- やさしいストレッチ体操
- 笑いヨガ
- 太極拳入門

#### 屋内ブース 体験・測定

- 骨の健康度測定
- 脳体力トレーナーコグエボ体験
- 口腔がん検診
- VRゴーグルで認知症体験
- シセイカルテ AI姿勢分析で体の歪みを分析
- 血管年齢測定/隠れ脳梗塞チェック
- プロが教える お家で出来るストレッチ&トレーニング体験

#### 屋外ブース 体験

- Tryラグビー
- ◆ 親子ラグビー体験会 **※事前申込制**
- ◆ ストラックアウト&タックル体験
- 謎解きウォークラリー with 「TOKIWALK」
- ユニバーサルスポーツ 「モルック」

参加するとブースで「まつど健康マイレージ」のマイルがもらえるよ！ウォーキングラリーに参加すると抽選で賞品もゲットできます！！



GREEN ROCKETS TOKATSU  
グリーンロケッツ東葛がやってくる!!



NECグリーンロケッツ東葛提供

#### 親子ラグビー体験会（小学生）申込方法

お電話または松戸市オンライン申請システムにてお申し込みください。（詳細はイベント公式HPに記載）

check!

主催：松戸市健康推進課

協力：健康松戸21応援団・松戸市健康推進員

NECグリーンロケッツ東葛

問い合わせ：松戸市健康推進課 ☎047-366-7486



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 2024

～楽しく体験!!新たな発見!明日の自分にできること～

## ステージ

2025年 熱中症対策と冬場の乾燥対策

大塚製薬(株)

マッチョトレーナーと一緒に!誰でも簡単 筋肉体操

サクラフィットネス

みんなでエアロビクス!

シンコースポーツ(株)

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

笑いヨガ

まつど☆笑いヨガクラブ

太極拳入門

ハイクラス太極拳

## 屋外ブース

Tryラグビー

・親子ラグビー体験会  
(小学生とその保護者)

・ストラックアウト/タックル体験

NECグリーンロケッツ東葛の選手とラグビー!!  
ラグビーボールに触れてみよう!

協力: NECグリーンロケッツ東葛

謎解きウォークラリー with 「TOKIWALK」

チェックポイントを回り、クイズに挑戦。  
正解するともらえる文字を4つ集めてプレゼントが  
もらえます。

さらに千葉大学の研究者による、歩幅計測プログラムの紹介と体験会も実施!

※「TOKIWALK」は常盤平の健康ウォークプログラムです。

協力: 千葉大学予防医学センター

ユニバーサルスポーツ「モルック」

フィンランド起源。簡単なルールで体力不要・  
老若男女問わず楽しめるスポーツ「モルック」を  
体験しよう!

協力: 流通経済大学福ヶ迫研究室

## 屋内ブース(体験)

脳体カトレーナーコグエボ体験

松戸市医師会

VRゴーグルで認知症体験

SOMPOひまわり生命保険(株)

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)

スポーツ推進委員が教える

身近なものを使った運動体験 ボナわくわくクラブ

スクエアステップ体験

NPO法人人材パワーアップセンター

足から健康になろう脳トレ・筋トレ・フットケア体験

はれの日サロン/健康サークル・スパークジョイ

箸を使った豆運びゲーム

健康医療政策課

プロが教える お家で出来る

ストレッチ&トレーニング体験

GOOD LIFE GYM 馬橋店

未来ノート書き方講座

(株)きずなホールディングス(家族葬のファミリーユ)

笑いヨガ

まつど☆笑いヨガクラブ

腎臓や心臓のこと、

もっと知って健康に長生きしよう

日本ベーリンガーインゲルハイム(株)

## 屋内ブース(測定)

骨の健康度測定

セノー(株)

口腔がん検診

松戸歯科医師会

塩分測定&塩分クイズ

東葛北部認定栄養ケア・ステーション/聖徳大学人間栄養学部

フレイル簡易チェック

健康推進課 地域保健班

血管年齢測定/隠れ脳梗塞チェック

第一生命保険(株)

脳年齢測定/大腸がんクイズラリー

健康推進課 健診担当室

糖尿病簡単チェック/クイズ・展示

松戸市薬剤師会/健康推進課 地域保健班

ベジチェックで野菜摂取量を測定

明治安田生命

inbody体組成計&握力 測定会/ロコモ診断

サクラフィットネス

- ▶ 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)
- ▶ 駐車スペースが限られているため、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。