

「市民健康づくり大会」を開催します！

～健やか未来都市をめざして 健康づくり関連の催し物や健康づくりウォークを実施～

千葉市では、健康づくりへの関心と意欲を高めるため、「市民健康づくり週間」に合わせ、「市民健康づくり大会」を開催しますので、お知らせします。

1 日時

令和8年10月17日（土）10：00～16：00

2 会場

きぼーる アトリウム等（中央区中央4-5-1）

※健康づくりウォークは別会場です。

3 今年度のテーマ

「自分もみんなも元気に！健やかな未来づくりの第一歩」

4 主な内容（別添チラシ参照）**（1）健康づくり関連の催し物**

- ・骨密度、歩行年齢、血管年齢などの測定
- ・栄養、歯、薬などの各種健康相談
- ・親子料理教室（事前申し込み制・参加費1人600円）
- ・健康づくりに関するセミナー（事前申し込み制・参加費無料）

※「親子料理教室」および「健康づくりに関するセミナー」は市ホームページからお申し込みができます。（申込期限 10月13日（火））

なお、セミナーは定員に満たない場合、当日受付も行います。

【URL】<https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/kenkofukushi/suishin/event/r6kenkoudukuritaikai.html>

**（2）健康づくりウォーク**

新検見川公園（南花園2丁目）から吾妻公園（中央4丁目）まで9kmのコースにおいてウォーキングを行います。

ア 集合場所・時間

新検見川公園 9：15～9：30集合（事前申し込みは不要）

イ 参加費

1人300円（市外在住の場合は500円）

※帽子、雨具、飲み物をご持参ください。

5 その他

きぼーる会場への来場者（先着 1, 000 人）に粗品を進呈します。

＜参考＞市民健康づくり週間（令和 8 年 10 月 12 日（月・祝）～ 18 日（日））について

市民一人一人が健康づくりへの関心と意欲を高めるとともに、家庭や地域ぐるみの健康づくり運動を推進するため、平成 15 年から毎年、スポーツの日から始まる一週間を「市民健康づくり週間」として、市民健康づくり大会をはじめとした各種イベント等を実施しています。