

「市民健康づくり大会」を4年ぶりに開催します！
～健やか未来都市をめざして～

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、4年ぶりに開催しますので、お知らせします。

1 日時

令和5年10月14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）

3 今年度のサブテーマ

「めざせ！平均寿命＝（イコール）健康寿命」

4 主な内容 ※詳細は、別添チラシ参照**(1) 健康づくり関連の催し物**

- ・骨密度、体脂肪率、血管年齢などの測定
- ・健口体操などの体験
- ・栄養、歯、薬などの各種健康相談
- ・親子料理教室（要事前申し込み・参加費1人500円）

※往復はがきに「催し名（市民健康づくり大会（親子料理教室）」「参加者氏名、年齢、学年」「住所」「電話番号」を明記の上、〒264-0036 千葉市若葉区殿台町122 千葉県栄養士会千葉地域事業部へ送付

(2) 健康づくり大会ウォーク ※別会場

菰池公園（宮崎2丁目）から吾妻公園（中央4丁目）までの8km

（8：40集合、当日受付・参加費1人100円）

5 その他

参加者に粗品進呈（先着1,000人）

<参考>市民健康づくり週間（令和5年10月9日（月・祝）～15日（日））について
市民一人ひとり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（令和2～4年は中止）をはじめとした各種イベント等を実施しています。

問い合わせ先**【市民健康づくり大会の内容に関すること】**

健やか未来都市ちばプラン推進協議会事務局（市保健医療事業団内）

電話 238-9912

【市民健康づくり週間、市民健康づくり大会全般に関すること】

保健福祉局健康福祉部健康推進課 電話 245-5414