

けんこう
健幸フェスタ in えな

まきがね公園で開催

めざそう!
健康寿命日本一

「エーナ」
恵那市公式キャラクター



各ブース9:45開始

オープニング式

9:00~

- ・千草保育園祝い太鼓
- ・エアロビック披露(アニマルビート)
- ・岐阜県キャラクター、恵那市キャラクターと一緒にストレッチ

キッズダンス

10:15~ えなイースト

健康に関する講座

ウェブサイトより
事前予約できます



明治安田生命保険相互会社

「睡眠」と「健康」の
知恵袋講座



時間/午前10時30分から
(講座時間:60分)
人数/先着30名程度

Vドラッグ健康応援セミナー

美味しく食べて健幸に
一食選力を身につけよう

講師 中京学院大学短期大学部
健康栄養学科准教授
小栗雅子先生

時間/午後1時30分から
(講座時間:60分)
人数/先着30名程度

全国発酵食品サミットinえな実行委員会

ミニセミナー
「お酢と健康」

講師 東京農業大学名誉教授
小泉幸道先生

時間/午前11時、午後1時、
午後2時の全3回
人数/先着20名程度/回

スポーツ体験

- | | |
|----------|----------|
| ソフトテニス体験 | テニス体験 |
| 弓道体験 | アーチェリー体験 |
| マレットゴルフ | スポ少体験 |
| 布ぞうりとばし | 体カテスト |
| ラグビー体験 | ペタンク体験 |
| バドミントン体験 | 卓球体験 |

※運動靴、運動服でご参加ください ※雨天の場合、屋外のスポーツ体験は中止します

ベジチェック
測定会

ベジチェック測定器による野菜不足度を測定



ミニ
発酵マルシェ

無料ポン菓子配布

ミニAeru Market

- だし塩焼きそば 焼鳥 いちご
野菜たっぷり弁当 カヌレ など

健康測定イベント

- 握力測定
- 血管年齢測定
- 体感時間測定
- ロコモチェック

野菜
350g当てに
チャレンジ

当たった方には
野菜をプレゼント

小学生以下のお子様対象

テニスで
シュート!

ゴールに入ったら
景品をプレゼント

13:00~
お餅の
配布

※なくなり次第終了

トルコ料理を食べて
トルコ・シリア地震
義援金に

トルコ料理

ツリークライミング
体験

カヌー体験

※保護者同伴

2023 健幸フェスタ in えな

アンケートに答えて景品をもらおう♪

まきがね公園体育館

社会福祉協議会

恵那市ボランティア連絡協議会
アサヒサンクリーン(株)
理研産業(株)補聴器センター
恵那農業高等学校

バドミントン体験



卓球体験



ステージ
イベント

まきがね公園体育館周辺



多目的広場



野球場



入口

コイナ イ 予熱 防中 症 PR	福祉総合相談	水泳協会
	岐阜東濃東部断酒会	ママさんバレーボール協会
	健康チェック 第一生命保険(株)恵那営業オフィス ●血管年齢測定 ●握力測定	岐阜県理学療法士会 ●ロコモチェック
ベジチェック測定会 明治安田生命保険相互会社		

恵那市民生委員
児童委員協議会
受けよう! 特定健診
保険年金課
●骨健康測定 ●脳年齢測定

受けよう! がん検診	生活協同組合 コープぎふ	食生活改善コーナー ●野菜350g当てにチャレンジ	全国発酵食品 ザミッドinえな
---------------	-----------------	------------------------------	--------------------

2階 健康に関する講座



無料シャトルバス

恵那西中学校経由 まきがね公園行	恵那西中学校経由 まきがね公園行	恵那市役所経由 恵那駅行	恵那市役所経由 恵那駅行
FDGinENA会場にも行きます	FDGinENA会場にも行きます	FDGinENA会場	
7:30	7:35	7:40	8:00
8:30	8:35	8:40	9:00
9:30	9:35	9:40	10:00
10:30	10:35	10:40	11:00
11:30	11:35	11:40	13:00
13:30	13:35	13:40	14:00
14:30	14:35	14:40	15:00
15:30	15:35	15:40	16:00
恵那駅	恵那市役所	恵那西中学校	まきがね公園

※ゴミ減量のために、各自お持ち帰りくださるようにご協力をお願いします。
※体育館は上履きをご持参ください。
※雨天の場合、屋外催しを縮小及び中止する場合があります。
※大雨洪水警報、暴風警報が出ている場合は中止とします。
※発熱や体調に不安がある方は参加をお控えください。