

益城町

第31回

2025

入場
無料

きままにスポーツ・健康フェスタ



実施日

令和7年

10月

12日

日

10:00~15:00

場所

益城町総合運動公園

(雨天時は総合体育館及び交流情報センター)

全体プログラム

★午前の部★

開会宣言 / 10:00

体験 / 10:00 ~ 12:00

昼食・アトラクション(城北高校チアダンス部)

盲導犬のデモンストレーション / 12:00 ~

★午後の部★

体験 / 13:00 ~ 14:20

閉会宣言・お楽しみ抽選会 / 14:30 ~

大会終了 / 15:00予定

◆体験コーナー◆

- 大人の健康測定会
- 親子運動チャレンジ
- バスケットボール
- ハンドボール
- バドミントン
- eスポーツ
- ロアッソサッカー教室
- 公売会
- フードドライブ

詳細は
ウラ面で!



- テニス
- 木工教室
- ヨーヨーすくい
- 盲導犬ふれあい
- 自転車交通安全教室
- 建設重機の試乗と撮影

小学生以下の子どもたちに
プレゼントを用意しています
先着100名

◆競技イベント◆

- モルック
- グラウンドゴルフ
- ストラックアウト

賞品あり
誰でも
参加可能です
(事前予約制)



◆飲食◆

- ヘルシーランチセット
- スムージー・アイス販売
- 給食(のっぺい汁)試食800食
- キッチンカー(からあげ、カレー、たこ焼きなど)

無料!



◆展示◆

- 自衛隊車両展示
- 幼稚園バス展示
- トコトコバン
(移動図書館)

他にも楽しい コーナーが いっぱい

お問い合わせ先

益城町教育委員会 生涯学習課 スポーツ振興係
益城町保健福祉センターはぴねす(健康保険課)

TEL.096-287-4330
TEL.096-234-6123

詳しくは
町HPで

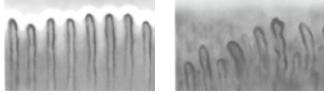


1 血流測定

あなたの血液サラサラ度は？

顕微鏡にCCDカメラを取り付けた装置で、薬指の毛細血管や血流の状態を見ることができます。

血管がこんなふうに見えます！



▲正常状態



2 歩行年齢測定

歩行年齢を速度・姿勢・バランスから判定します。



あなたの歩き方を点数化



5 カゴメベジチェック®

測定機に手をかざして野菜の摂取量が充足度がわかります。

野菜摂取量、足りていますか？



4 糖化度測定

蓄積すると血管をもろくしたり、しみ・しわの原因となるAGEsを測定します。



老化の原因物質の蓄積がわかる！

5 血管年齢測定

指先に赤外線を当てて、血管の収縮速度を測り、血管の柔らかさがわかります。

あなたの血管年齢は？



親子運動チャレンジ



家族で最高の思い出を作ろう！

メイン会場では、親子で協力したり、時には対決したりする楽しいアクティビティが盛りだくさん。ハンター(お父さん、お母さん)から逃げ切る「逃走中」や、スタンプラリー形式の「健康チャレンジ」など、夢中になれる企画をご用意しています。待機時間も楽しめるよう、体育用具で自由に遊べるサブエリアもあります。申込方法や開始時間の詳細は、後日、益城町公式サイトでお知らせします。

楽しい競技イベント

誰でも気軽に楽しめる3つのスポーツにチャレンジしよう！

3~5人のチームで得点を競い、参加賞や上位チームへの賞品もあります。

【申込方法】

右のQRコードより申し込みください。

申し込み期限10月3日(金)まで

参加費無料



デモンストレーション

盲導犬の「出来ること・役割」を学ぼう！

九州盲導犬協会から盲導犬がやってくる！ふれあい体験やグッズ販売もありますよ。盲導犬(PR犬)の実際の動きをぜひご覧ください。



楽しいイベントもりだくさんです!!
みなさんのご参加をお待ちしております!!